

Insalata di Arance e Finocchi con Olive Nere: ricetta siciliana sprint

Autore: Redazione

Data: 17 Dicembre 2019



L'[insalata di arance](#) e finocchi con [olive nere](#) è una deliziosa **ricetta siciliana**. Si accosta ottimamente alle carni alla griglia, specialmente di [maiale](#), agnello e castrato. Va benissimo anche con il pesce, alla griglia o fritto. Riesce a dare il meglio di sé quando viene abbinata a **pesce azzurro** come sgombri, sauri, sarde, acciughe o anche **spada**.

Ricetta Insalata di Arance e Finocchi

Ingredienti per 4 persone

- 4 arance
- 1 limone

- olive nere al forno (circa 7 a testa)
- olio extravergine di oliva
- pepe nero
- sale

Procedimento

1. Pelate le arance al vivo scartando anche la parte bianca della buccia.
2. Riducetele a fette non troppo sottili che poi taglierete ciascuna a metà.
3. Mettete le mezze fette in una insalatiera e conditele con olio, sale, pepe e qualche goccia di limone.
4. Aggiungete le olive e servite.
5. Varianti: potete gustare l'insalata di arance così come descritta o anche aggiungere finocchi crudi a fettine, cipollotti, ravanelli.

Buon appetito!

Ricetta di Simona Di Fiore

Riferimento articolo: <https://www.siciliafan.it/insalata-arance/>

Generato il 17/04/2026