

curiositats DE LA Taronja

- Taronja significa “fragància”. És un terme procedent de la barreja de nombroses llengües asiàtiques.
- És un dels sabors preferits de les persones, juntament amb la vainilla i la xocolata.
- Hi ha 600 varietats diferents de taronges.
- És un dels aliments més beneficiosos per a lluitar contra l'envelliment cel·lular.
- És la fruita més consumida a nivell mundial: de cada dos litres de suc que es consumeixen al món, un és de taronja.
- Hi ha un tipus de taronja, la taronja xinesa o el kumquat, la pell del qual és comestible.
- La taronja va ser introduïda a Espanya pels àrabs.



23 de Març de 2023

DIA DE LA Taronja

A menjar-nos la Primavera!





amanida AMB Taronja

AMANIDA DE TARONJA, ALVOCAT, OLIVES I TONYINA

INGREDIENTS

- 3 taronges
- 2 alvocats
- 1 o 2 cebes tendres
- olives
- tonyina al natural
- sal
- oli d'oliva verge extra

ELABORACIÓ

- 1 Peleu les taronges.
- 2 Talleu les cebes tendres en juliana ben fina.
- 3 Podeu fer servir les olives que més us agradin.
- 4 Talleu l'avocat a daus.
- 5 Només queda emplatari! Poseu les taronges, la ceba tendra i l'avocat, afegiu la tonyina i repartiu les olives.
- 6 Per últim, amaniu, una mica de sal i oli d'oliva verge extra.
- 7 I ara, gaudiu d'aquesta saludable i fresca amanida!