

Tranches de melon Verveine et poivre Timut



Le melon de Cavaillon !

Le melon bat des records en matière de carotènes antioxydants
bon pour toutes les cellules et le bronzage

Pour 4 personnes

Préparation : 10min Infusion : 20min Cuisson : 5min

Ingrédients :

- 150 g D'eau
- 150 g de sucre
- 2 melons
- 1 bouquet de verveine fraîche
- 20 g de poivre Timut

Recette :

- Mettre à bouillir l'eau et le sucre puis arrêter la cuisson
- Ajouter le poivre et la verveine et laisser infuser 20min à couvert.
- Passer au chinois le tout, récupérer les feuilles de verveine . Les couper en 2 pour les insérer lors du dressage entre les tranches de melon.
- Éplucher les melon, retirer l'intérieur et les couper les quartiers en fines lamelles puis en forme de rectangle.

Dressage :

- Intercaler une ½ feuille de verveine entre chaque lamelle rectangulaire puis arroser de l'infusion.
- Servir bien frais.

Recette extraite du livre :
Ma Méditerranée -Cuisine
Édition Flammarion-2015

Auteurs :

- Gérald Passédat