

*Salades et soupes de fruits*

# Salade aux deux melons


**15 min 15 min**

TEMPS TOTAL

**0**

CUISSON

**0**

REPOS

**168**

CALORIES

Ingrédients  
pour 4 personnes

**1 Melon**
**1 Melon**

2 c. à soupe **Huile d'olive**

2 c. à soupe **Vin doux naturel**
**1 Poivre rose**
**1 Basilic**
**1 Sel**

## Étape 1

### Préparation des melons

- 1 Couper les melons en deux et les épépiner.
- 2 A l'aide d'une cuillère parisienne, réaliser des billes dans la chair des melons. Les réserver dans un saladier.
- 3 Le but étant d'avoir de jolies boules, laisser la chair en surplus pour le moment et l'utiliser après pour un cocktail ou un smoothie.

## Étape 2

### Assaisonnement de la salade

- 1 Dans le saladier de melon, verser le vin doux et l'huile d'olive aux herbes.
- 2 Ajouter quelques baies roses effritées entre les doigts et quelques grains de sel Maldon. Mélanger doucement.
- 3 Effeuille et ciseler le basilic. Ajouter au melon et mélanger à nouveau.

## Étape 3

### Dressage

- 1 Dans un bol, déposer des billes de melon.

- 2 Ajouter une tête de basilic sur le dessus et parsemer quelques baies roses.