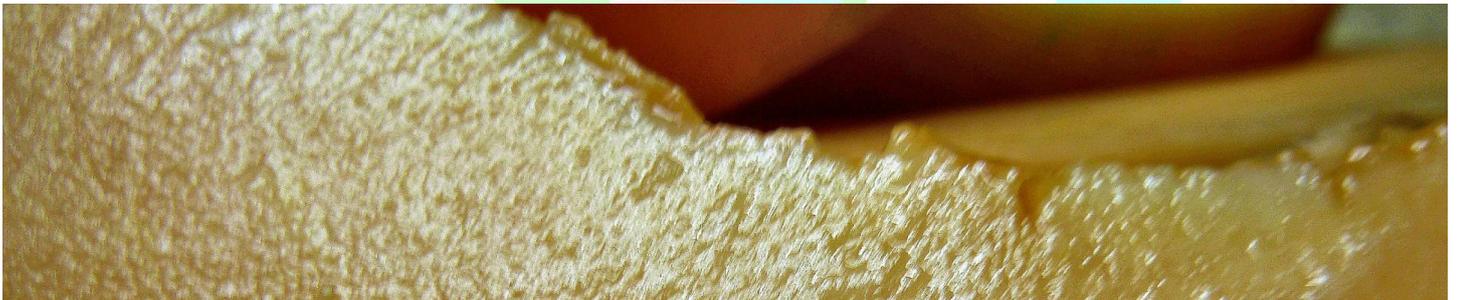




## Melon mariné à la plancha

- Par [vision-plaisir](http://vision-plaisir)



### Ingrédients :

- 1 melon mûr mais encore ferme
- 3 cuillères à soupe de miel toutes fleurs
- 2 ou 3 branches de romarin
- 2 cuillères à soupe de sucre roux
- 20 cl de crème liquide entière
- L'huile d'olive



## Pour 4 personnes

### Réalisation de la recette :

Bonjour à tous, j'ai décidé de me lancer dans une recette très originale et **très simple dans sa réalisation**. L'été est parmi nous et la période **du melon est à son apogée**. Mais voilà, **melon en entrée** avec du beurre doux ou demi-salé ou avec une tranche de **jambon de pays** ? Bof !

Et un déclic m'est parvenu. **Pourquoi** pas le cuire légèrement ? Peut-être que parmi mes lecteurs, se trouve des personnes qui préfèrent le classique dans la cuisine. Mais après avoir fait goûter autour de moi, leur méfiance a changé. **Toujours goûter avant de dire beurk !**

Prenez un melon mûr et le couper en deux. **Ôter les pépins** à l'aide d'une cuillère à soupe. Le couper en quartiers. Il faut des tranches d'environ de 1,5 cm à 2 cm. Ôter la peau des tranches à l'aide d'un couteau d'office. Disposer vos tranches **dans un plat** et y ajouter le miel, les branches de romarin, un filet d'huile d'olive et saupoudrer de sucre roux. **Laisser mariner au réfrigérateur pendant 6 heures environ** en prenant soin de mettre un film étirable dessus. Ce dessert se réalise à la minute. **Allumer votre plancha**, car il faut qu'elle soit bien chaude. Attention, vérifier que votre plancha soit **bien propre**. Monter légèrement une crème fouettée **non sucrée**. Le melon avec le miel suffit largement pour apporter le sucre dans votre dessert. Mettre à cuire vos tranches de melon sur la plancha. Il faut environ 2 minutes par côté. **Une caramélisation se crée**, donnant un goût très appréciable aux tranches de melon. **Il faut que le melon** reste ferme à cœur. Disposer dans vos assiettes et y ajouter la crème fouettée et **un brin de romarin**. Alors qu'en pensez-vous ?





Recette de [www.vision-plaisir.fr](http://www.vision-plaisir.fr)



© vision-plaisir

