Melon fraîcheur au quinoa

19/07/2016 à 09h52

Par Philippe Lafargue

Temps de préparation : 10 min

Pour 1 personne(s)

Ingrédients :

- 1 demi melon
- 50 g de quinoa cuit nature
- Echalote pour mémoire
- Mélisse pour mémoire
- Menthe poivrée pour mémoire
- Persil pour mémoire
- Cerfeuil pour mémoire
- 10 raisins imbibés de cognac
- 5 g de pignons de pin
- Salade iceberg émincée pour mémoire
- Assaisonnement sel/ piment / poivre/ huile d'olive/ vinaigre pour mémoire

Préparation :

- Epépinez le melon;
- Formez des quenelles régulières à l'aide d'une cuillère dans le melon;
- Réservez;
- Mélangez tous les ingrédients;
- Disposez au fond du melon;
- Reconstituez avec le melon les pointes des quenelles vers le haut.