AiL MA COCOTTE!

GASPACHO MELON PASTÈQUE

1. Prélevez la chair de la pastèque. Épépinez-la (en principe si vous prenez une variété sans pépins, cela sera assez rapide) et détaillez-la en gros morceaux.
2. Pelez et épépinez le melon, coupez-le en gros dés.
3. Pelez et hachez grossièrement le gingembre.
4. Mettez tous les ingrédients dans le bol d'un mixeur avec l'huile d'olive et le vinaigre de Xérès. Salez et poivrez. Mixez assez longuement jusqu'à obtenir une texture bien fine. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement si besoin.
5. Réservez ce gaspacho au réfrigérateur au minimum une heure avant de servir.

💡 Choisissez bien :

- Votre melon :
  Il doit sentir bon, être lourd, dense, son écorce doit être souple, son pédoncule doit se détacher facilement et, s'il présente une petite fissure, c'est qu'il est à complète maturité, prêt à être consommé. D'autre part, sa peau doit être exempte de taches. La taille n'est pas un critère de qualité.
  Vous hésitez entre deux melons ? Choisissez le plus lourd, signe qu'il est gorgé de jus et laissez-vous guider par votre odorat : il doit exhaler un parfum sucré. Plus il est parfumé, plus il est mûr (mais l'odeur doit rester agréable !).
- Votre pastèque :
  Son écorce doit être brillante et lisse. Prenez-la dans vos mains : elle doit être lourde et ferme. Une tache jaune sur la peau signifie que le fruit a bien pris le soleil et qu'il est parfaitement mûr.

Super facile
15 mn de préparation
Bon marché
Sans gluten
Veggie
Vegan
Cru

<u>Ingrédients pour 4 pers.</u> :

Vous aurez besoin d'un mixeur

1/4 d'une grosse **pastèque** ou 1/2 d'une petite (de préférence une variété bio sans pépins)
1 **melon**
1 cm de **gingembre** (mettez-en + ou - en fonction de vos goûts)
2 c. à soupe de **vinaigre de Xérès**
1 c. à soupe d'**huile d'olive**
Sel
Poivre du moulin

Variantes :

Pour d'autres recettes de gaspachos, regardez en bas de page.