



1. Préchauffez votre four à 200°C. Rincez et coupez les pêches en 4 (gardez la peau), dénoyautez-les. Mettez-les sur une plaque de cuisson couverte de papier sulfurisé, côté peau vers le bas. Arrosez d'un filet d'huile d'olive et enfournez pour 10 à 15 mn (selon votre four, elles doivent être à peine grillées).
2. Lavez et essorez la roquette.
3. Hachez grossièrement les feuilles de menthe (ou laissez-les entières si elles sont petites).
4. Coupez les burratas en deux ainsi que les tranches de jambon.
5. Si vous faites un dressage à l'assiette (ce sera le même principe pour un grand plat) : répartissez 1 petite poignée de roquette par assiette, 4 morceaux de pêche, 1 moitié de burrata au centre, 4 demi-tranches de jambon et parsemez de feuilles de menthe. Arrosez d'un trait de citron et d'un filet d'huile d'olive, donnez quelques tours de moulin à poivre et servez aussitôt.



Choisissez bien vos pêches :

La pêche est un fruit climactérique (elle continue de mûrir après la récolte). Elle est donc souvent cueillie avant maturité pour éviter qu'elle ne s'abîme pendant le transport. Mais rien ne vaut celle cueillie à point. Choisissez la souple en exerçant une légère pression entre vos doigts. Et surtout, sentez-la ! Elle doit exhaler un parfum. Si vous ne sentez rien, passez votre chemin. Enfin, la robe ne doit présenter aucune tache ni flétrissure. Ne vous fiez pas à la couleur de sa chair comme signe de maturité ou de fraîcheur : les pêches blanches ne sont pas plus parfumées que les pêches jaunes. Ne les mettez surtout pas au réfrigérateur, le froid anéantirait leur saveur et rendrait leur chair farineuse. Disposez-les sur un compotier bien à plat dans un endroit frais.

Super facile
20 mn de préparation
15 mn de cuisson
Assez cher
Sans gluten

Ingrédients pour 4 pers. :

- 4 pêches bios (blanches ou jaunes mais surtout à point)
- 8 tranches fines de jambon cru (Parme ou San Daniel)
- 1 douzaine de petites feuilles de menthe
- 120 g de roquette
- 2 burratas
- 1 citron jaune
- 8 c. à soupe d'huile d'olive
- Poivre du moulin

Variantes :

Vous pouvez :

- remplacer la burrata par de la mozzarella ou de la feta,
- ajouter du fenouil (comme sur la photo),
- utiliser d'autres fruits : figues, nectarines ou fraises,
- parsemer votre salade de pignons ou d'autres graines (sésame, potiron, tournesol...).

