



La Région
Auvergne-Rhône-Alpes

BOUCHÉES COURGETTE-MELON MENTHE PESTO

Les produits d'Auvergne-Rhône-Alpes

nous régalent !





BOUCHÉES COURGETTE-MELON MENTHE-PESTO

Proposées par l'Interprofession des fruits et légumes frais



4 PERSONNES



20 MIN.

INGRÉDIENTS

- 2 courgettes
- 1 melon
- 1 petit pot de pesto
- 2 branches de menthe
- Pignons de pin grillés (facultatif)

Ouvrez le melon en deux, ôtez les graines puis prélevez des billes de melon (ou coupez la chair en dés).

Lavez, séchez et effeuillez la menthe.

Lavez les courgettes, épluchez une côte sur deux, puis détaillez les courgettes en grands rubans.

Tartinez les rubans de courgette d'une très fine couche de pesto. À une extrémité d'un ruban, déposez une feuille de menthe puis une bille (ou un cube) de melon.

Enroulez le ruban de courgette autour de la bille de melon et piquez d'un cure-dent pour que le ruban ne se déroule pas.

Parsemez de pignons de pin si vous le souhaitez.

C'est prêt !