

Fraicheur melon et fraises



Dessert **Facile**

Pour : 2 personnes

Préparation : 15 mn

Repos : 120 mn

Une soupe melon/fraise bien fraîche en entrée... ou, en inversant les ingrédients, un dessert fraise/melon rafraîchissant !

Ingrédients

- 1 beau melon bien mûr
- 200 g de fraises
- 10 feuilles de menthe fraîche
- 2 cc de miel

Préparation

- 1 Vider la chair d'un beau melon dans un blender, ajouter les feuilles de menthe et 2 cuillères à café de miel.
- 2 Mixer le tout finement et mettre au frais au moins 2 heures. Au moment de servir, couper les fraises en lamelles et poser sur la soupe.
- 3 Cette soupe se mange aussi bien en entrée qu'en dessert. Vous pouvez aussi faire l'inverse (faire un coulis de fraises y déposer des boules de melon). C'est tout autant délicieux servi en dessert.

Proposé par



annie-claude

La Plaisance est la plage de mon village en Charente maritime, un lieu encore préservé. Venez le découvrir sur mon blog "[plaisance17](#)". Vous pourrez y découvrir quelques-unes de mes recettes, toutes simples.

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

