



<http://cuisine-plaisirs.wifeo.com/>

## . Melon au miel et aux épices .



*Ingrédients pour 1 personne :*

- 1 boule de glace vanille
- 1 pincée de cannelle en poudre
- 1 pincée de gingembre en poudre
- 1 pincée de noix de muscade râpée
- 1 pincée de poivre
- 1/4 de melon
- 10 g de sirop d'agave (ou de miel)

- Peler le melon, le couper en deux, retirer les graines puis détailler la chair en cubes
- Faire chauffer une poêle anti-adhésive sans matière grasse
- Y déposer les cubes de melon, ajouter le miel (ou sirop d'agave) et les épices
- Laisser caraméliser sur feu doux de 8 à 10 minutes environ
- Surveiller pour ne pas laisser tomber les cubes de melon en compote
- Dresser le dessert directement. Répartir au centre une boule de glace à la vanille, ...
- ... autour des cubes de melon caramélisés tièdes avec un peu de leur sirop

