



Phase : **Stabilisation**

Type: **Apéritif**

Recette: **Apéro Time**

Calories
185 par personne

Préparation
35 min

Cuisson
00 min

Ingrédients

Pour 6 personnes

Pizza Pastèque

Ingrédients :

- 1 pastèque pauvre en pépins (+/_ 2 kg)
- 1 petit oignon rouge coupé en rondelles très fines
- 150 g de Féta
- 1 grosse poignée de persil plat ciselé
- 1 c.à.s de vinaigre de vin blanc
- 1 c.à.s d'huile d'olive
- Sel & poivre

Gaspacho concombre – cresson

Ingrédients :

- 2 concombres épluchés et coupés en morceaux
- 1 petite botte de cresson
- 1 petite gousse d'ail
- Le jus d'un citron
- 250g de glaçons
- 2 cs d'huile d'olive
- 1 petit bouquet de basilic
(et quelques feuilles pour la déco)
- Sel & poivre

Préparation

1. Couper la pastèque en 6 tranches d'environ 1,5 cm d'épaisseur et les découper à l'aide d'un emporte-pièce de 12 cm de diamètre.
 2. Prélever 150 gr de chair du reste de la pastèque.
 3. La mixer avec le vinaigre, l'huile, le sel et le poivre. Réserver. Emitter la feta sur chaque rondelle de pastèque, ajouter l'oignon.
 4. Verser la sauce délicatement Parsemer de persil et poivrer.
-
1. Verser tous les ingrédients dans un bol blender en commençant par les concombres.
 2. Mixer et rectifier l'assaisonnement
 3. Servir dans 6 verres et décorer de feuilles de basilic.