

## Sorbet au melon



### Ingrédients pour 2 personnes :

- 1 melon
- 1/2 blancs d'œuf
- 1/2 c à café d'édulcorant

**Préparation : 15 minutes**

**Congélation : 4 à 5 heures**

1. Creuser le melon puis réduire la pulpe en purée au mixeur.
2. Ajouter ou non de l'édulcorant en fonction de la maturité du melon.
3. Battre le blanc en neige et l'incorporer à la purée de fruits.
4. Faire prendre dans une sorbetière ou dans le congélateur en remuant de temps en temps.

### Idées de décoration

Réserver quelques boules de melon.  
Prévoir 1 à 2 feuilles de menthe.

### Variante

Ce sorbet peut aussi être réalisé avec de la mangue.  
De préférence choisir des fruits mûrs qui dégagent plus d'arômes.

### Valeur nutritionnelle par personne :

Protéines : 2 g      Glucides : 6,5 g      Lipides : 0 g      Energie : 34 Kcal

