



## Apéro pastèque

Phase : **d'Attaque, Active, Stabilisation**

Par portion | Apports de référence %

Énergie

**180** kcal

7%

Difficulté : ★★★★★

Coût : ★★★★★

Catégorie  
**Entrée**

Prêt en  
**20 min**

Cuisson  
**5 min**

### Ingrédients

Pour 4 personnes

- 1.2 kg de pastèque préalablement coupée en tranches épaisses
- 150 g de fromage St-Moret 8% MG
- 100 g de feta
- 1 citron bio
- 1 cs bombée de thym séché
- Quelques brins de thym frais pour la déco
- Poivre, sel

### Préparation

1. Ecraser la feta à la fourchette. Ajouter le fromage St-Moret, le zeste du citron, 30 ml de jus de citron, le thym séché et du poivre. Bien mélanger. Réserver au frais.
2. Griller les tranches de pastèques à la poêle ou au barbecue pendant 2 à 3 minutes de chaque côté avec un peu de gros sel.
3. Retirer du feu et les couper en bâtonnets.
4. Servir avec le dip à la feta et décorer avec le thym frais.