



*Diététicienne nutritionniste*

*06 95 99 49 56*

*[www.blandine-dieteticienne-grenoble.com](http://www.blandine-dieteticienne-grenoble.com)*

## *Glace pêche melon*

***Temps de préparation : 5 minutes***

***Ingrédients (pour 4 personnes) :***

- 1 melon*
- 2 yaourts 0% à la pêche*

***Préparation de la recette :***

*Ouvrez le melon et retirez les graines. Prélevez la chair et coupez-la en dés, puis mixez-la finement.*

*Mélangez la pulpe obtenue avec les yaourts. Mélangez sans mixer.*

*Versez dans des moules à glace ou des pots de yaourts vides, puis plantez un bâtonnet dans les glaces.*

*Réservez 4 h au congélateur avant de servir en dessert*