

Pomelos rôtis au thym, miel et huile d'olive

Ingrédients (pour 2 personnes) :

- * 2 pomelos
- * 4 cuillères à café de miel
- * thym
- * 1 cuillère à soupe d'huile d'olive

Durée : 10 minutes de préparation
et 10 minutes de cuisson



Crédit photo : Interfel

Etape 1 : Couper les pomelos en deux parties égales. Passer la lame d'un petit couteau entre chaque demi-segment de quartier du fruit, cela facilitera la dégustation par la suite.

Etape 2 : Placer les moitiés de pomelos sur une plaque de four recouverte de papier sulfurisé. Saupoudrer chaque moitié de thym et y déposer l'équivalent d'une petite cuillère à café de miel. Ajouter également quelques gouttes d'huile d'olive.

Etape 3 : Placer l'ensemble au four, en position grill pendant 8 à 9 minutes. Attention que les fruits ne brûlent pas.

Etape 4 : Sortir les pomelos du four et les laisser tiédir avant de les déguster.

Idée : Vous pouvez accompagner ces pomelos par une poêlée de crevettes ou de gambas.