



**Prendre le large en cuisinant**

# Prendre le large en cuisinant

## Mini brochettes de fruits

Recette pour 12 personnes



### Ingrédients

---

1,2 kg de melon

---

1,2 kg de pastèque

---

360 g de cerises

---

360 g de fraises

---

120 g de myrtilles

---

360 g de framboises

---

240 g de feuilles  
de menthe

---

120 batonnets biscuit type  
Mikado

---

### Marche à suivre

1. Laver les fruits
2. Découper à l'aide de la cuillère parisienne des boules de melon et de pastèque.
3. Confectionner les brochettes en alternant les fruits.

**Bonne dégustation !**  
Ivan

# Prendre le large en cuisinant

## Cocktails de fruits

Recette pour 12 personnes



### Ingrédients

---

1,2 kg de melon

---

1,2 kg de pastèque

---

1,2 kg de carottes

---

600 g de fenouil

---

1,2 kg de pommes

---

1,2 kg de concombres

---

600 g d'abricots

---

6 g de thym

---

6 g de menthe

---

6 g d'estragon du Mexique

---

6 g de verveine citronnée

---

6 g de sauge Ananas

---

### Marche à suivre

1. Laver les fruits
2. Passer dans l'extracteur de fruit les variétés de fruits sans mélanger les jus
3. Idem pour les herbes aromatiques
4. Composer les mélanges dans la bouteille en fonction des envies (bouteille Opaline)
5. Bien fermer la bouteille
6. Déguster bien frais

**Bonne dégustation !**  
Ivan