



Savarin di melone con salsa al kiwi (ottimo anche per diabetici)

"Il savarin di melone con salsa al kiwi è un gustosissimo dessert, molto colorato e invitante. Essendo costituito da sola frutta, non richiede l'uso di zuccheri aggiunti e il suo apporto glucidico è medio".

Ingredienti per 4 persone

600 g	Polpa di melone ben maturo
300 g	Kiwi ben maturi
n° 3	Fogli di colla di pesce
n° 3	Cucchiaini di moscato

Preparazione

1. Prendere una ciotola, riempirla con dell'acqua fredda e lasciarvi sciogliere i tre fogli di colla di pesce.
2. In un mixer frullare la polpa del melone fino a quando sarà quasi liquida; a questo punto, aggiungere al melone la colla di pesce sciolta e continuare a frullare fino a rendere omogeneo il composto.
3. Procurare quattro stampini, versare al loro interno il contenuto e porli nel freezer; tirarli fuori una ventina di minuti prima di servirli.
4. Per la salsa di kiwi, sbucciare i tre frutti, tagliarli a pezzi e frullarli insieme ai tre cucchiaini di moscato.
5. Quando gli stampini di melone saranno pronti per essere serviti, rovesciarli su un piatto e aggiungere la salsa di kiwi e moscato sopra alla formina di melone e portare in tavola.

Nota 1: i kiwi devono essere ben maturi, così da non lasciare il gusto acerbo in bocca.

Nota 2: anche il melone deve essere ben maturo, e meglio ancora se dolce e gustoso.

Variazioni alla ricetta

La ricetta prevede l'utilizzo del melone classico, ma consiglio di provare anche quello bianco.

