

LAMPONI NEL MELONE

Ingredienti per 4 persone:

- 300g. di lamponi già puliti,
- un melone di 1 kg. circa (maturo e rotondo),
- 2 dita di yogurt magro.

Asportate la calotta superiore del melone che conserverete per usarla come coperchio.

Con un cucchiaino asportate prima i semi che scarterete, poi tutta la polpa facendo attenzione a non danneggiare la scorza che servirà come contenitore e che metterete in frigorifero. Tagliate a dadini il melone e mettetelo in un'insalatiera.

Unite i lamponi, due dita di yogurt magro e fate riposare in frigorifero per circa 30 minuti. rigirando ogni tanto con cura.

Sistematelo in una coppa, perche resti in piedi e versatevi la frutta e il sugo.

Coprite con la calotta e servite in tavola.

Si accompagna bene con il prosciutto crudo.