**Poulet et melon rôti**

[](https://croquantfondantgourmand.com/wp-content/uploads/2020/09/poulet-et-melon-roti-p1260533-r-scaled.jpg) **Pour 3 Croquants-Gourmands**

**Les palets et le chutney de melon  
- 1 gros** [**melon**](https://recettes.de/melon) **mûr à point**  
**- 20 g (2 x 10 g) de beurre**  
**- brindilles de thym**  
**- 1 échalote**  
**- 20 g de** [**miel**](https://recettes.de/miel)  
**- 20 g de** [**vinaigre de Xérès**](https://recettes.de/vinaigre-de-xeres)  
**- 1,5 càc (5 g) de** [**graines de moutarde**](https://recettes.de/graines-de-moutarde)  
**- sel & poivre du moulin**

**1 emporte-pièce de 2 cm de Ø - 1 plat à four  
Papier cuisson et papier d'aluminium**  
**Préchauffage du four à 140°C** [Position four chaleur tournante _png](https://croquantfondantgourmand.com/wp-content/uploads/2014/01/Position-four-chaleur-tournante-_png.jpg)

Éplucher le melon et retirer toutes les graines.  
Le couper en lamelles épaisses puis en palets à l'aide de l'emporte-pièce.  
Garder les parures (j'en ai obtenu 400 g).  
Déposer les palets sur une grande feuille de papier cuisson.  
Éparpiller 10 g de beurre en parcelles, déposer des brindilles de thym et saler.  
Refermer le papier en papillote et bloquer avec du papier d'aluminium.  
Enfourner pour 15 minutes et réserver.

Préparer le [chutney](https://recettes.de/chutney) :  
Éplucher et émincer l'échalote.  
Mettre le miel dans une petite casserole et le laisser dorer en surveillant.  
Ajouter les échalotes et les laisser colorer.  
Incorporer les parures de melon (400 g) et remuer un instant sur feu vif.  
Déglacer avec le vinaigre, ajouter les graines de moutarde et le reste du beurre.  
Porter à ébullition, puis laisser cuire à petits frémissements pendant 30 minutes.  
Mixer puis saler et poivrer.  
Réserver.

**Le poulet  
- 3 blancs de** [**poulet**](https://recettes.de/poulet)  
**- 1 gousse d'ail**  
**- 1 brindille de thym**  
**- 1 feuille de laurier**  
**- huile d'olive**  
**- sel & poivre du moulin  
- fleur de sel**

**Préchauffage du four à 180°C** [Position four chaleur tournante _png](https://croquantfondantgourmand.com/wp-content/uploads/2014/01/Position-four-chaleur-tournante-_png.jpg)

Saler les blancs de poulet.  
Les faire dorer sur toutes les faces dans un filet d'huile chaude.  
Ajouter un demi-verre d'eau.  
Déposer à côté de la viande l'ail, le thym et le laurier.  
Laisser cuire pendant quelques minutes jusqu'à ce que la viande soit tendre et bien colorée.  
Juste avant de servir, mettre dans le four chaud pendant 5 minutes  
le poulet et la papillote de melon.  
Réchauffer le chutney.  
Disposer dans des assiettes chaudes sur un lit de chutney, la viande tranchée et arrosée de son jus de cuisson.  
Disposer autour les palets de melon saupoudrés de fleur de sel et poivrés.  
Servir immédiatement.