



Fruchtiger Melonensalat mit Serranoschinken

 Dauer
20 min.

 Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Honigmelone	1 St.
Snackgurken	4 St.
Minze, frisch	10 g
Basilikum, frisch	25 g
Zitronen	1 St.
Olivenöl	3 EL
Honig	1 TL
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Serranoschinken	100 g

Zubereitung

Melone halbieren, Kerne mit einem Löffel entfernen, Schale mit einem Messer schälen und das Fruchtfleisch würfeln. Gurken waschen und leicht schräg in Scheiben schneiden. Minze und Basilikum waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und hacken. Zitrone waschen, etwa 1 TL Schale fein abreiben, halbieren und Saft auspressen.

In einer Schüssel Zitronenschale, 2 EL Zitronensaft, Olivenöl und Honig miteinander verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Honigmelone, Snackgurken, Minze und Basilikum mit dem Dressing vermengen. Serranoschinken nach Belieben grob zerpfücken und auf dem Melonensalat anrichten.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	259 kcal		
Kohlenhydrate	35 g	Ballaststoffe	4 g
Eiweiß	10 g	Fette	11 g