Melonen Spieße mit Serrano Schinken

Zeit gesamt
10min

Zubereitungszeit
10min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Cantaloupe Melone	0.5 St.
Basilikum, frisch	10 g
Mini Mozzarellakugeln	250 g
Serranoschinken	100 g

Zubereitung

Küchenutensilien

Sieb, Spieße

1. Melone halbieren, Kerne mit einem Löffel herauskratzen und Fruchtfleisch schälen. Melone grob würfeln. Basilikum waschen, trocken schütteln und Blätter von den Stielen zupfen. Mozzarella in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. Serranoschinken längs halbieren.

2. Auf Spieße nach Belieben Melone, Basilikum, Mozzarella und Serranoschinken stecken. Melonen-Spieße bis zum Servieren kalt stellen.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	290 kcal
Kohlenhydrate	12 g
Eiweiß	22 g
Ballaststoffe	1 g
Fette	17 g