

Serranoschinken mit Melone







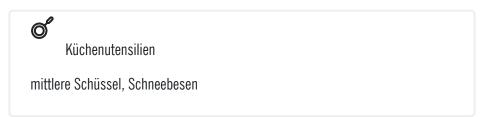


Zutaten

für 4 Portionen

Serranoschinken	80 g
Balsamicoessig, hell	1 TL
Olivenöl	2 EL
Salz	
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Zucker	
Cantaloupe Melone	1 St.
Schnittlauch, frisch	10 g

Zubereitung



- 1. Serranoschinken zum Temperieren aus dem Kühlschrank nehmen. In einer Schüssel Essig mit Olivenöl verrühren und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.
- 2. Melone halbieren und mithilfe eines Löffels Kerne entfernen. Anschließend Hälften achteln, sodass längliche Spalten entstehen. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in sehr feine Ringe schneiden.
- 3. Melonenspalten und Serranoschinken auf Tellern anrichten, mit Dressing beträufelt und Schnittlauch garniert servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	164 kcal
Kohlenhydrate	21 g
Eiweiß	8 g
Ballaststoffe	2 g
Fette	6 g