

Rezept der Woche

Gurken-Melonen-Salat mit Minze

Tipp: Ein erfrischender Salat für heiße Tage. Auch optisch ein Genuss!



Zutaten (4 Personen)

- Je ½ Baby-Wassermelone und Netzmelone
- 1 große Salatgurke
- 3 Stängel Minze
- 2 Schuss Olivenöl
- 1 Schuss Zitronen- oder Limettensaft
- 4 EL Pinienkerne
- eventuell etwas Honig
- Salz/Pfeffer

Zubereitung:

Pinienkerne in der Pfanne ohne Fett goldgelb anrösten.

Melonen in Würfel schneiden oder mit einem Kugelausstecher ausstechen. Die Gurke waschen. Wer mag lässt die Schale dran, dann ebenfalls würfeln oder Kugeln ausstechen.

Minze waschen und in Streifen schneiden. Unter die Melonen- und Gurkenstückchen mischen, pfeffern und leicht salzen. Limettensaft und Öl unterheben und gut mischen. Wer es süßer mag gibt zum Limettensaft etwas Honig. Mindestens 2 Stunden kühl stellen. In Gläsern mit Pinienkernen bestreut servieren.