

Melonensalat

verfeinert mit Avocado und scharfer Edelziege



Zutaten

für 4 Personen

- 2 Cantaloupe-Melonen
- 340 g Edelziege in Öl
(2 Packungen)
- 1 Avocado
- 3 Stängel frische Minze
- 1 Limette ausgepresst
- 1 EL Olivenöl
- 2 EL Balsamico hell
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Die Melonen in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden.
2. Die Schale und die Kerne entfernen.
3. Danach das Fruchtfleisch in Würfel schneiden.
4. Die Edelziege in einem Sieb abtropfen lassen.
5. Die Avocado halbieren, den Kern entfernen und mit Hilfe eines Esslöffels das Fruchtfleisch von der Schale trennen.
6. Die Avocado in feine Würfel schneiden und zusammen mit der Edelziege und der Melone in eine Schüssel geben.
7. Für das Dressing die Limette auspressen und mit Olivenöl, Essig und Honig vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
8. Das Dressing über den Salat geben und kurz durchmischen.
9. Die Minze waschen und die Blätter von den Stängeln zupfen, in feine Streifen schneiden und über den Salat geben und servieren.

Viel Spaß beim Nachmachen!

