Mediterraner Salat mit Melonendressing

Zeit gesamt 25min

Zubereitungszeit 25min

Schwierigkeit Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Feldsalat	150 g
Radicchio	1 St.
Honigmelone	0.5 St.
Parmesan	50 g
Olivenöl	4 EL
Balsamicoessig, hell	2 EL
Senf	1 TL
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Salami Aufschnitt	100 g

Zubereitung

Küchenutensilien

hohes Gefäß, Sieb, Pürierstab

1. Feldsalat waschen und abtropfen lassen. Radicchio in mundgerechte Stücke zupfen und ebenfalls waschen.

2. Melone halbieren, entkernen, schälen und würfeln. Parmesan mit einem Sparschäler in dünne Scheiben hobeln.

3. In einem hohen Gefäß eine Handvoll Melone mit Olivenöl, Balsamicoessig und Senf fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

4. Mediterranen Salat mit Melone und Parmesan auf Tellern verteilen. Salami dazu anrichten und mit Melonendressing beträufelt servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Mit frischem Dinkelbrötchen mit Sonnenblumenkernen servieren.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	297 kcal
Kohlenhydrate	20 g
Eiweiß	12 g
Ballaststoffe	2 g
Fette	20 g