



Melonen-Caprese mit Burrata

Zeit gesamt
20min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Burrata	200 g
Cantaloupe Melone	0.25 St.
Honigmelone	0.25 St.
Basilikum, frisch	20 g
Balsamicoessig, hell	1.5 EL
Honig	1 EL
Olivenöl	3 EL
Salz	
Pfeffer, schwarz	

Zubereitung



Küchenutensilien

große Schüssel, Schneebesen

1. Burrata zum Temperieren aus dem Kühlschrank nehmen. Cantaloupe- und Honigmelonenviertel mit einem Löffel entkernen und schälen. Aus dem Fruchtfleisch mithilfe eines Kugelausstechers kleine Melonenkugeln formen. Alternativ ca. 1 cm groß würfeln.
2. Basilikum waschen, trocken schütteln, einige schöne Spitzen beiseitelegen und restliche Blätter abgezupft fein schneiden.
3. In einer Schüssel Balsamico, Honig und geschnittenes Basilikum mischen. Unter Rühren Olivenöl einträufeln lassen. Dressing mit Salz und Pfeffer abschmecken. Melonen zugeben und zum Durchziehen beiseitestellen.
4. Burrata auf vier Gläser (idealerweise Tumbler) verteilen, etwas salzen und pfeffern. Marinierte Melonen auf dem Käse anrichten und mit Basilikumspitzen garniert servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Alternativ zum Burrata passt natürlich auch Mozzarella super. Wer sich zusätzlich eine Fleischkomponente wünscht, kann zum Melonen-Caprese jeweils 1–2 Scheiben Prosciutto kombinieren.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	218 kcal
Kohlenhydrate	17 g
Eiweiß	8 g
Ballaststoffe	1 g
Fette	14 g