

Melonen-Feta-Salat mit Minz-Limettendressing



Zutaten:

- 300 g Wassermelone
- 1 Msp. Pfeffer
- ¼ Gurke
- 1 Msp. Jod-Salz
- ½ Feta
- 1-2 EL Limettensaft
- 1 TL Rapsöl
- 1-2 Zweige Minze



1 Portion



ca. 15 Minuten

Zubereitung:



- 1) Melone, Gurke und Feta in mundgerechte Stücke schneiden.
- 2) Minze fein hacken.
- 3) Limettensaft mit Rapsöl, Pfeffer und Salz verrühren. Tipp: geht gut mit einem Pürierstab oder in einem Schraubglas schütteln
- 4) Alles locker mischen.

Rezeptvariationen

Das Gemüse und die Gewürze können beliebig variiert werden.



Dieses Rezept und weitere Informationen findet ihr hier!

Melonen-Feta-Salat mit Minz-Limettdressing



Nährwerte (1 Portion):

Energie (kcal)	396,6 kcal
Fett <i>davon gesättigte Fettsäuren</i>	24,1 g 12,8 g
Kohlenhydrate <i>davon Zucker</i>	29,4 g 28,7 g
Protein	14,4 g
Ballaststoffe	1,5 g

