

herzhaft
vegetarisch



MELONEN-GURKEN-SALAT

Zutaten für 4 Personen



2,5 kg
Wasser-
melone



150 g
Fetakäse



1
Salatgurke



2 EL
Olivenöl



150 g
Joghurt



1 EL
Zitronen-
saft



1 EL
Orangen-
saft

Zubereitung

Schritt 1:

Die Melone halbieren. Das Fruchtfleisch mit einem Kugelausstecher herausheben oder mit einem Messer ausschneiden und ca. 1 cm groß würfeln. Einen Rand an der Schale stehen lassen.

Schritt 2:

Die Gurke schälen, längs halbieren und Kerne mit einem Löffel herauskratzen. Gurkenhälften in Scheiben schneiden. Den Feta in Würfel schneiden. Alles miteinander vermengen.

Schritt 3:

Für das Dressing Olivenöl, Zitronensaft, Orangensaft und Joghurt mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen und unterheben oder in einer separaten Schüssel anrichten. Den Salat in die ausgehöhlten Melonenhälften füllen und servieren.

Tip: Minzblätter geben dem Salat eine besondere Frische!