

Gurken-Melonen-Salat

1 Salatgurke

ca. 700 g Wassermelone

20 g Walnuskerne, Pinienkerne oder Zedernkerne nach Belieben

100g Schafskäse

Basilikum

Minze

Koriandergrün wenn gewünscht

1/2 Zitrone

1/2 TL Honig

Chiliflocken

3 EL Olivenöl

Salz

Pfeffer

1. Gurke schälen, längs vierteln und in breite Stücke schneiden.
2. Melone in ca. 1 ½ cm breite Scheiben und diese in ebenso breite Streifen schneiden, dabei Schale und Kerne entfernen. Melonenstreifen in Würfel schneiden.
3. Walnüsse oder andere Kerne in einer Pfanne ohne Fett hellbraun rösten und abkühlen lassen.
4. Schafskäse grob zerbröckeln.
5. Kräuter waschen und trocken schütteln, Blätter abzupfen und grob schneiden oder zerzupfen.
6. Zitrone auspressen.
7. Zitronensaft mit Honig, Chiliflocken und Öl verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen.
8. Alle Salatzutaten bis auf den Schafskäse mit dem Dressing mischen, mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.
9. Schafskäse auf dem Salat verteilen.