



# Sommersalat mit Melone

Zutaten 8 Personen      Kcal. 141, 1 Portion

- 4 kleine Kopfsalate
- 1600 g Melone (rot, gelb oder grün)  
Kugeln oder kleine Stücke
- 2 Frühlingszwiebeln

## Für das Dressing

- 4 Orangen davon der Saft
- 4 El Limettensaft
- 4 Tl frischer Ingwer
- 4 Tl Öl
- 8 El Petersilie
- Salz und Pfeffer

## Zubereitung

- Kopfsalat waschen und in Stücke teilen.
- Melone in mundgerechte Würfel schneiden oder mit einem Kugelausstecher Kugeln formen.
- Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden.
- Kopfsalat und Melonen in eine Schüssel geben.
- Für das Dressing Orangen- und Zitronensaft mit dem kleingehacktem Ingwer und dem Öl vermischen. Petersilie fein hacken und untermischen.
- Dressing mit wenig Salz und Pfeffer abschmecken.
- Kopfsalat, Melonen und Frühlingszwiebel mit dem Dressing vermischen.

