

Grüner Salat mit Netzmelone und Herbaria Wilde Hilde



Stufe 1



Zubereitungszeit: 10 Min.



Zutaten:

- 1 Stck. Gärtnergurke, klein halbe (ca. 400g) Netzmelone
- klein, grün Stck. Salat
- 0,5 Bd Basilikum
- 50 g Walnuskerne
- 2 TL Herbaria Wilde Hilde
- 2 EL Essig
- 4 EL Sonnenblumenöl



GEFU Sieb
PASSO



Glasslock Salad
Dressing Shaker
450 ml



koziol faltbares
Schneidebrett
SNAP in grau



Gemüsemesser
KochForm



Herbaria Wilde
Hilde, Salatgewürz



Continenta
Salatbesteck aus
Akazienholz



ASA Schale ajana
in grau glänzend



Herbaria
Geschenkset
Frühling



Küchenprofi
Salatschleuder
Grande

1

Die Gurke waschen und in dünne Scheiben schneiden.

2

Die Melonenkerne mit einem Löffel entfernen und diese auf ein Sieb über einer kleinen Schüssel geben, mit einem Löffel möglichst viel Saft aus den Kernen drücken. Melone in Scheiben schneiden.

3

Salat waschen, schleudern und in mundgerechte Stücke zupfen. Basilikum ebenfalls zupfen, die Walnuskerne grob hacken.

4

Herbaria Wilde Hilde Gewürzmischung mit 2 EL kochendem Wasser mischen, kurz warten, dann Melonensaft, Essig und Öl unterrühren und den Salat mit dem Wilde-Hilde- Dressing marinieren.