



Insalata di melone e mozzarella alla catanese

Na, wenn das mal nicht nach einem besonders erfrischenden Sommersalat klingt, der dazu noch so umwerfend daherkommt.

Ein Blickfang auf jedem Tisch, der einen vom Urlaub träumen lässt. In Bella Italia natürlich – wo die Familie unseres lieben Kollegen Salvatore, Abteilung Wärmeprojekte, geboren ist. „Der Salat erinnert mich an einige schöne Sommertage in Italien. Ich habe früher dort immer die ganzen Ferien bei meinen Großeltern in der Nähe von Catania verbracht“, sagt er. Catania auf Sizilien ist die Heimatstadt dieses fruchtigen Salates.



Zutaten

- 1 kg Melone, ohne Schale (Wassermelone, Honigmelone oder Melonen-Mix z. B. aus Wassermelone, Honigmelone, Cantaloupe-Melone)
- 8 EL Olivenöl
- 2-3 Mini-Büffel-Mozzarella pro Person (ca. 500 g)
- 1 Bio-Zitrone, davon 6 EL Zitronensaft und etwas Abrieb
- 1-2 TL getrockneter Oregano
- Salz und Pfeffer nach Geschmack

Anleitung

Melone(n) zerteilen und das Fruchtfleisch in mundgerechte Würfel schneiden oder – falls vorhanden – mit einem Kugelausstecher kleine Kugeln ausstechen. Für das Dressing Olivenöl, Zitronensaft, Oregano, Salz und Pfeffer verrühren. Melonenstücke mit dem Mozzarella auf einem Teller anrichten. Alles mit dem Dressing beträufeln und mit etwas Zitronenabrieb bestreuen. Bei Bedarf etwas mehr Zitronensaft auf dem Salat verteilen.

Notiz: Der Salat wird nur dann schmecken, wenn man schmackhafte und süße Melonen verwendet.

Rezept-Variante

Eine leckere Variante dieses Salats hat uns unsere Kollegin Carolin verraten. Auch dieses Rezept wollen wir Ihnen nicht vorenthalten. Neben der Melone (für 4 Personen ca. 2,5 kg) kommen hier noch 75 g Pistazien, 1 Gurke, 150 g Feta, 1 rote Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, jeweils 4 Stiele Minze und Petersilie, 5 EL heller Balsamico-Essig, 2 EL Öl sowie Pfeffer und Salz zum Einsatz. Alles mundgerecht zubereitet, schmeckt auch dieser **Wassermelonen-Gurken-Salat mit Feta** jetzt an heißen Sommertagen einfach wunderbar.



Diese Rezepte finden

Sie auch online:

zusamme.de/rezepte