

Gegrillter Wassermelonen-Romanasalat



Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie: 260 kcal / 1090

Eiweiß: 7 g Fett: 20 g

Kohlenhydrate: 11 g

Zubereitungszeit: 25 Minuten

Zubereitung:

- Salatherzen putzen, vierteln und mit Olivenöl einstreichen. Salatviertel auf dem heißen Grill ca. 1 Minute von jeder Seite grillen, dann auf eine Servierplatte legen. Melone in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden. Scheiben ebenfalls mit Öl einstreichen und 2-3 Minuten von jeder Seite grillen. Melone in Stücke teilen und zum Salat auf die Servierplatte legen.
- 2. Feta in kleine Stücke schneiden und zusammen mit den Walnüssen über den Salat streuen. Essig mit restlichem Öl verquirlen und über den Salat träufeln.

Zutaten für 4 Portionen :

2 Romanasalatherzen

2 EL Olivenöl

1/3 Wassermelone (500 g)

100 g Feta

50 g kalifornische Walnüsse

1 EL Weißweinessig Salz

Pfeffer