



## Fruchtiger Salat mit scharfem Dressing

### Zutaten

- 250 g Blattsalat
- 150 g gelbe Paprikaschoten
- 100 g Mini-Datteltomaten
- 350 g Honigmelone
- 4 TL Maggi Würze Hot (120 g Flasche)
- 1 EL Wasser
- 2 EL weißer Aceto Balsamico
- 4 EL THOMY Reines Rapsöl
- etwas Zucker
- etwas Salz
- etwas Pfeffer

### Zubereitung

1. Blattsalat (z.B. Mini-Salatherzen, dunkler Eichblattsalat) putzen, waschen, trocken schleudern und in mundgerechte Stücke zerpflücken. Paprikaschoten waschen, Kerne und weiße Innenhäute entfernen und in kleine Würfel schneiden.
2. Mini-Datteltomaten waschen und halbieren (evtl. vierteln). Honigmelone halbieren, Kerne mit einem Löffel entfernen und in kleine Würfel schneiden.
3. Für das Dressing: MAGGI Würze Hot, Wasser und Aceto Balsamico verrühren. Mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen und abschmecken. THOMY Reines Rapsöl unterschlagen, bis eine gebundene Sauce entsteht. Das Dressing mit den Salatzutaten mischen, auf Tellern anrichten und servieren.

### Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	14 g
Energie	169 kcal
Fett	11 g
Protein	3 g

🕒 15 Minuten

⊕ 4 Portionen