



Mozzarella-Melonen-Spieße

Zutaten

- 500 g Cantaloupe Melone
- 60 g Basilikumblätter
- 240 g Mini-Mozzarella
- 1 rote Chilischote(n)
- 2 TL Maggi Gartengemüse Bouillon (im Glas)
- 1 EL Wasser
- 2 EL weißer Aceto Balsamico
- 1 EL Kräutern, gehackt
- 4 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- etwas Salz
- etwas Pfeffer
- etwas Zucker

Zubereitung

1. Von der Cantaloupe Melone die Kerne mit einem Löffel entfernen und aus dem Fruchtfleisch mit einem Kugelausstecher 30 kleine Kugeln von ca. 3 cm Durchmesser ausstechen. Basilikumblätter waschen und trocken tupfen. Mini-Mozzarella abtropfen lassen.
2. Auf Holzspießchen jeweils Mozzarella, Basilikum und Melone spießen.
3. Für die Marinade: Chilischote waschen, Kerne und weiße Innenhäute entfernen und in kleine Würfel schneiden. MAGGI Gartengemüse Bouillon in heißem Wasser auflösen. Mit Aceto Balsamico Salz, Pfeffer, Zucker, Kräutern und der Chili verrühren. THOMY Reines Sonnenblumenöl unterschlagen.
4. Die Spieße auf einem großen Teller verteilen und mit der Salatsauce marinieren. Die Spieße als Vorspeise mit Baguette oder Ciabatta servieren.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	12 g
Energie	227 kcal
Fett	16 g
Protein	8 g

⌚ 16 Minuten

⊕ 6 Portionen