

**Melonen-Feta-Salat in Zitronen-Kräuter-Dressing**  
- für etwa eine mittelgroße Schüssel -

**600 g Wassermelone ohne Schale**  
**300 g Bio-Gurke**  
**300 g reife Cocktailtomaten**  
**3 Frühlingszwiebeln**  
**150 g Feta**

Die Melone in Scheiben schneiden und die Schale entfernen. 600 Melonenfruchtfleisch in Würfel, etwa 1-1,5 cm groß schneiden. Die Gurke waschen, zuerst quer und dann längs halbieren. Die Kerne mit einem Löffel herauskratzen.

Die Gurke quer in etwa 1 cm breite Scheiben schneiden. Diese nochmals mittig halbieren. Die Tomaten waschen und je nach Größe halbieren und vierteln. Die Frühlingszwiebeln säubern und mit dem Grün in feine Ringe schneiden. Die Melonenstückchen, die Gurken und die Tomaten auf eine Platte geben. Den Feta in feine Würfel schneiden und über der Melone verteilen.

---

**150 g Wassermelone ohne Schale**  
**8 EL Olivenöl**  
**2-3 EL Balsamico bianco**  
**1 EL Zitronensaft**  
**70 g Zitronenpaste**  
**0,5 TL Honig**  
**1 kleine Knoblauchzehe**  
**0,25-0,5 Chili, Salz, Pfeffer**  
**je 3 EL gehackte Minze und glatte Petersilie**

Die Melone in Stücke schneiden und zusammen mit dem Öl, dem Essig, dem Zitronensaft, der Zitronenpaste und dem Honig in einen schmalen, hohen Becher geben. Den Knoblauch schälen und in den Becher reiben. Die Chili waschen und je nach Schärfe etwa eine viertel bis halbe Schote ohne Kerne und in kleine Stücke geschnitten zum Dressing geben. Das Dressing mit einem Stabmixer glatt pürieren. Das Dressing mit Salz und Pfeffer würzen. Die Kräuter zugeben und nochmals kurz pürieren. Das Dressing über der Melone und dem Gemüse verteilen.

---

**30 g Pinienkerne**

Die Kerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten und abkühlen lassen. Die Kerne und die Frühlingszwiebeln auf dem Salat verteilen