

RADIO SALÜ**101,7**

Rezept von RADIO SALÜ
Küchenchef Uwe Zimmer aus der
Mitkoch-Show, immer sonntags
von 10-14 Uhr.

Melonen-Avocado-Salat

Zutaten für 4 Personen:	5 EL Himbeeressig
	½ EL Dijonsenf
1 große reife Avocado	Walnussöl
1 reife Honigmelone	1 EL frisch gehackter Estragon
1 Zitrone	Salz, Zucker, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

Schälen Sie die Avocado, entsteinen die
und schneiden das Fruchtfleisch in schmale Spalten.

Die müssen Sie sofort mit Zitronensaft beträufeln, sonst werden die schwarz.

Jetzt eine schöne reife Melone schälen,

Kerne raus und das Fruchtfleisch in ebenfalls in Spalten schneiden.

Für das Dressing verrühren Sie Himbeeressig
mit Salz, etwas Zucker, Pfeffer aus der Mühle,
einem Teelöffel Dijonsenf.

Jetzt noch einen guten Schuss Walnussöl dazu und an frischen Kräutern macht sich hervorragend
Estragon,
den kleinschneiden und auch untermischen.

Die Avocado- und Melonenspalten schön auf Teller fächern
und mit dem Himbeeressigdressing beträufeln.