Rezept

Melonen-Kaltschale mit Parmaschinken

Ein Rezept von Melonen-Kaltschale mit Parmaschinken, am 12.10.2024

Zutaten

300 g	Honigmelone
	Salz
200 g	Naturjoghurt (1,5 % Fett)
4 Scheiben	Parmaschinken

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 212 kcal

Zubereitung

1. Die Melone vierteln, schälen, das Fruchtfleisch entkernen und in Stücke schneiden. In ein hohes Gefäß geben, den Joghurt dazugeben und mit dem Stabmixer pürieren; mit etwas Salz abschmecken.

2. Den Parmaschinken vom Fettrand befreien und in feine Streifen schneiden.

3. Die Kaltschale in zwei tiefen Tellern anrichten und den Parmaschinken darüberstreuen.