

Rezept

Melonenvinaigrette

Ein Rezept von Melonenvinaigrette, am 17.04.2024

Zutaten

450 g Galia-Melone (geputzt ca. 300 g)	1 rote Chilischote
1 Stück frischer Ingwer (ca. 1 cm)	2 ½ EL Reisessig
Salz	1 TL brauner Zucker
2 EL Avocado-Öl	1 EL gehacktes Koriandergrün

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 70 kcal

Zubereitung

1. Die Melone entkernen, schälen und das Fruchtfleisch in Stücke schneiden. Die Chilischote putzen, halbieren und die Kerne entfernen. Die Schote winzig würfeln. Den Ingwer schälen und fein hacken oder in feine Würfel schneiden.

2. Melone, Ingwer, Essig, Salz und Zucker fein pürieren. Anschließend das Öl zugießen und alles cremig aufmixen. Zuletzt Chili und Koriander unterrühren, nochmals abschmecken.