

Rezept

# Rucolasalat mit Wassermelone

Ein Rezept von Rucolasalat mit Wassermelone, am 23.04.2024

## Zutaten

<b>50 g</b> Rucola	<b>1</b> kleiner süßer Apfel
<b>200 g</b> Wassermelone	<b>1 EL</b> heller Balsamico-Essig
<b>1/2 TL</b> Zitronensaft	Jodsalz
<b>3 TL</b> Rapsöl	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 135 kcal

## Zubereitung

1. Den Rucola waschen, trocken schleudern und harte Blattstiele entfernen. Den Apfel waschen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Die Viertel in kleine Würfel schneiden.

---

2. Die Melone von den Kernen befreien. Aus dem Fruchtfleisch mit einem Kugelausstecher kleine Kugeln formen. Die Melonenkugeln mit Essig, Zitronensaft, Salz und Öl mischen. Die Apfelwürfel unterheben.

---

3. Die Rucolablätter in grobe Stücke schneiden. Behutsam mit den Früchten mischen.