Frische Salate in der Melone

Wassermelone halbieren und das Fruchtfleisch, wenn möglich, als kleine Kugeln ausstechen. Das restliche Fruchtfleisch auslösen und anderweitig verwerten. Grüne, gelbe und rote Paprika in dünne Streifen schneiden, Zucchini in dünne Scheiben schneiden, ebenfalls 1 Salatgurke. Einen Blattsalat waschen, zerlegen und in mundgerechte Stücke zupfen. Eine Sauce bereiten aus: Essig, Öl, Salz und Pfeffer. Diese mit den Salatzutaten vermengen und den Salat wieder in die ausgehöhlte Melone füllen. Die Melonenkugeln leicht unterheben.