Melonen-Spieße mit Minz-Dressing

Erfrischend. Saftig. Und knallrot. Wassermelone ist der ideale Sommersnack. Wer die süße Frucht reichen möchte, ohne dass sich die Gäste Hände klebrige Hände holen, kann die Melone ganz einfach aufspießen. So serviert eignet sie sich nicht nur perfekt für Buffets, Picknicks und Grillpartys. Die Spieße geben dir zusätzlich die Möglichkeit die Melone mit einem Dressing zu servieren, dass die volle Aromatik herauskitzelt. Klingt verlockend? Dann probiere es jetzt aus!



Melonen-Spieße mit Minz-Dressing | Foto: Linda Katharina Klein
Zutaten (10 Spieße): 1 kleine Melone (circa 2,8 Kilo) | 30 Basilikumblätter | 4 Esslöffel Olivenöl | 4 Esslöffel Limettensaft | 1 Esslöffel getrocknete Minze | 1 Teelöffel Salz



Melonen-Spieße mit Minz-Dressing | Foto: Linda Katharina Klein
Zubereitung (15 Minuten): 1. Melone in circa 1,5 Zentimeter dicke Scheiben schneiden. 2. Kreise ausstechen, den Rest direkt vernaschen. 3. Je vier Melonenkreise mit drei Basilikumblättern dazwischen auf einen Holzspieß aufspießen. 3. Olivenöl, Limettensaft, Minze und Salz zu einem Dressing vermengen. 4. Dressing nebst den Spießen servieren, sodass jeder seinen Spieß frisch vor dem Verzehr damit beträufeln kann.

Jetzt noch mehr Rezepte mit Melone und weiteres Fingerfood entdecken!

Nährwerte/Spieß: 85 Kalorien | 4,4 Gramm Fett | 12,7 Gramm Kohlenhydrate | 1,1 Gramm Eiweiß