

Sommerfrische: Romanasalat mit Melone, Johannisbeeren & Hüttenkäse



Erfrischend und exotisch

Salate und Früchte harmonieren sehr gut. Die Früchte bringen neben anregender Säure, leichte Süße und zusätzliche feine Aromen ins Arrangement. Dabei dürfen die Salatblätter gerne eine herbe Note einbringen. Die Herzen des knackigen Romanasalates sind da ideal.

Dazu ein paar gut gekühlte Melonenwürfel, die mit säuerlichen Johannisbeeren und Minze herrlich erfrischend wirken.

Das Tüpfelchen auf dem i

Vollendet vollmundig schmeckt der bunte Salatteller, wenn Käse ins Spiel kommt. Da schmecken rassiger Schafskäse oder milder Hüttenkäse gleichermaßen. Für unseren heutigen Rezeptvorschlag haben wir uns für cremig-körnigen Hüttenkäse entschieden. Quasi ein saftiger Käse zum Löffeln.

Ein perfektes Gericht für die heißesten Tage im Jahr, denn so ein farbenfroher Salatteller sieht sensationell aus und kühlt von innen.

Deswegen hier die heutige Rezeptur für „**Romanasalat mit Melone, Johannisbeeren & Hüttenkäse**“:

Zutaten

- 2 Salatherzen (das Innere des Romanasalates)
- 400 g Wassermelone, gewürfelt
- 100 g Johannisbeeren, von den Stängeln gezupft
- 100 g Gurkenscheiben
- 100 g Tomatenscheiben
- 400 g Hüttenkäse
- 25 g Nüsse oder Kerne (z.B. Sonnenblumenkerne, Pinienkerne)
- 1 Biozitronen, Saft und etwas Abrieb
- 4 EL Essig
- 8-10 EL Öl (z.B. heimisches Traubenkernöl)
- 8 Blätter Minze, fein geschnitten
- 2 Frühlingszwiebeln, in Ringe geschnitten
- Wer möchte: 1 EL Fenchel- oder Anissamen
- Salz & Pfeffer

Zubereitung

In einer Salatschüssel den Zitronensaft, etwas Zitronenabrieb, Essig, 6 EL Wasser, Salz und Pfeffer mit einem Schneebesen verrühren. Das Öl langsam zugeben und kräftig mit dem Schneebesen vermischen. Zuletzt geschnittene Minze und Johannisbeeren zugeben.

Die Blätter der Salatherzen waschen, abtropfen, evtl. trockenschleudern und grob schneiden. Den Salat, die Gurken- und Tomatenscheiben und evtl. Frühlingszwiebeln mit dem Dressing vermischen.

Den Salat auf Teller oder Schüsseln verteilen. Mit Melonenwürfeln, Nüssen und Hüttenkäse belegen. Wer möchte, streut etwas Fenchelsamen oder Anissamen über den Hüttenkäse.

Tipp: Dazu schmeckt geröstetes Baguette.