

MELOUNOVÝ SALÁT S MALINAMI A MEDUŇKOU

Saláty jsou v tomhle teplém počasí u mě na stole stálíci. Zeleninové, ovocné anebo kombinuju oboje. Hlavně musí být osvěžující a šťavnaté.

V týdnu jsem si koupila vykrajovač na meloun, myslím tím, vykrajovač na kuličky. Vždycky se mi totiž líbilo, jak se do salátů vykrajují kuličky z ovoce. Je opět jeden ze způsobů, jak udělat salát o něco atraktivnější a oku lahodící. Abych mohla trénovat, nakoupila jsem i meloun a připravila salát, který mám moc ráda.

Je neskutečně jednoduchý a má pár ingrediencí. V létě tak může skvěle nahradit dezert. Kromě melounu v něm najdete maliny a meduňku (tu můžete nahradit i mátou). Vše se pak přelije jednoduchou zálivkou z limetkové šťávy a javorového sirupu. Lehce nakyslá chuť přidá další příjemně nakyslou chuť ke sladkému melounu.

Příprava je až tak jednoduchá, že jsem přemýšlela, jestli sem recept (snad se tomu ani tak říct nedá) vůbec přidávat. Ale víte co, nakonec jsem si řekla, že proč ne. Přinejmenším se třeba bude hodit někomu jako inspirace.

INGREDIENCE

(2 porce)

500 g melounu
100 g malin
1 limetka
hrst čerstvé meduňky (používám citronovou)
1 lžíce javorového sirupu

POSTUP

1. Připravíme si zálivku. Limetku omyjeme, rozkrojíme a vymačkáme z ní šťávu. V malé misce ji pak smícháme s javorovým sirupem a natrhanými lístky meduňky.
2. Meloun nakrájíme na plátky a z červené dužiny nakrájíme na kostky nebo si můžeme vykrojit kuličky (pokud vlastníme vykrajovač).
3. Přendáme do mísy a přidáme maliny.
4. Přelijeme zálivkou a opatrně promícháme. Nakonec posypeme lístky meduňky.
5. Před servírováním necháme trochu vychladit v lednici.