



Apéro Grillierte Melonenschnitze

Vor- und Zubereiten: ca. 10 Min.

Grillieren: ca. 5 Min.

Nährwert Portion (1/4):

292 kcal / 14 F / 17 KH / 24 EW

Ohne Laktose, ohne Gluten

In Zusammenarbeit mit

Betty Bossi

Für 4 Personen

- 1 Melone (z. B. Galia)
- 16 Tranchen Parmaschinken

Und so wirds gemacht:

- 1 Melone:** Melone schälen, halbieren, entkernen, in 8 Schnitze schneiden, mit je 2 Tranchen Schinken umwickeln.
- 2 Grillieren:** Melonen offen auf mittlerer Stufe (ca. 200 Grad) rundum ca. 5 Min. grillieren.

Tipp: Stecke je ein Zweiglein Rosmarin in die Melonenschnitze oder schneide 2 Zweiglein Rosmarin fein und streu sie nach dem Grillieren darüber. Statt auf dem Grill Melonen in wenig heißem Öl in einer beschichteten Bratpfanne rundum je ca. 3 Min. braten.

Einkaufshilfe
Diese Zutaten
finden Sie in
den Coop
Pronto Shops.

