

## WILDE HILDE



## ZUTATEN

### Für 4 Personen:

- 1 kleine Gärtnergurke (200 g)
- ½ Netzmelone (ca. 400 g)
- 1 kleiner grüner Salat
- ½ Bund Basilikum
- 50 g Walnusskerne
- 2 TL Herbaria "Wilde Hilde"
- 2 EL Essig
- 4 EL Sonnenblumenöl oder Rapsöl

## Herbaria Wilde Hilde – Grüneralat mit Netzmelone

Die Gurke waschen und in dünne Scheiben schneiden. Melonenkerne mit einem Löffel entfernen und diese auf ein Sieb über einer kleinen Schüssel geben, mit einem Löffel möglichst viel Saft aus den Kernen drücken. Melone in Scheiben schneiden. Salat waschen, schleudern und in mundgerechte Stücke zupfen. Basilikum ebenfalls zupfen, die Walnusskerne grob hacken.

"Wilde Hilde" mit 2 EL kochendem Wasser mischen, kurz warten, dann Melo-nensaft, Essig und Öl unterrühren und den Salat mit dem Wilde-Hilde-Dressing marinieren.

Weitere Herbaria Rezepte finden Sie hier: [www.herbaria.com/rezpte](http://www.herbaria.com/rezpte)