

# MARLEY SPOON



## Panini mit Schinken und sommerlichem Melonensalat

 20-30min  4 Personen

So schmeckt der Sommer! Wir zaubern heute ganz ohne Backrohr oder Herd ein tolles Mittagessen: Ein klassisches Panini, gefüllt mit Käse, Schinken und Tomaten und dazu gibt es einen besonders fruchtigen Melonen-Salat. Das ruft förmlich nach dem nächsten Picknick im Park oder Garten! So lässt sich das gute Wetter doch gleich noch mehr genießen.

## Was du von uns bekommst

- Fladenbrot <sup>1,11</sup>
- Gran Biraghi Hartkäse <sup>7</sup>
- Schinken
- Salatherz
- Honigmelone
- Tomaten

## Was du zu Hause benötigst

- Essig
- Olivenöl
- Salz
- schwarzer Pfeffer

## Küchenutensilien

- Küchenreibe

Vergiss nicht, dein Gemüse nochmal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

## Allergene

Kann Spuren von Allergenen enthalten.

## Inhaltsangaben pro Portion

Kalorien 625.0kcal, Fett 24.9g, Eiweiß 26.1g, Kohlenhydrate 70.2g



### 1. Melone schneiden

Die **Melone** halbieren, das Kerngehäuse mit einem Löffel auslösen und entsorgen. Beide **Melonenhälften** in 2cm breite Spalten schneiden. Dann mit einem scharfen Messer das Fruchtfleisch nah an der Schale entlang herausschneiden. Das Fruchtfleisch in 1-2cm Stücke schneiden.



### 4. Käse schneiden

Den **Käse** in sehr dünne Scheiben schneiden oder grob raspeln.



### 2. Gemüse schneiden

Den **Salat** gut waschen und den Strunk abschneiden, dann die Blätter auseinander ziehen und in dünne Streifen schneiden. Die **Tomaten** in dünne Scheiben schneiden, dabei entstehenden Saft vom Schneidebrett in ein Schälchen gießen.



### 5. Panini belegen

Die **Brote** durchschneiden. Wer möchte, kann die Innenseiten ca. 1-2Min. auf dem Toaster rösten. Nun die Innenseiten mit ein paar Tropfen Olivenöl einreiben. Vier **Brothälften** jeweils mit **Schinken, Käse, Tomatenscheiben** und **1/3** vom **Salat** belegen, mit Salz und Pfeffer würzen, dann mit den übrigen **Brothälften** abdecken.



### 3. Dressing zubereiten

Aus dem **Tomatensaft**, 3-4EL hellem Essig, 4EL Olivenöl, 1TL Salz und Pfeffer ein **Dressing** rühren.



### 6. Salat zubereiten

Die **Melonenstücke** mit übrigem **Salat** vermischen, dann mit dem **Dressing** vermengen. Die **Paninis** mit dem **Salat** servieren, evtl. übrige **Tomaten** in den **Salat** mischen.