

Salade met komkommer en meloen

totale tijd **10 min.** **10 min.** voorbereidingstijd

Voedingswaarde (per portie):

1.091 kJ / 261 kcal

Vetten: **16,5 g** Eiwitten: **10,2 g**

Koolhydraten: **15 g**

INGREDIËNTEN

4 porties

2	mini komkommers (of 1 grote komkommer)
1	kleine meloen (bijv. cantaloupe, watermeloen, honingmeloen)
200 g	feta
2	rode zoete puntpaprika's
2 el	olijfolie
2,5 el	witte wijnazijn
2,5 el	<u>Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus</u>
2 el	honing
	Versgemalen peper

VOORBEREIDING

Stap 1

Voor de salade: was de komkommer en snijd deze in dunne plakjes. Halveer de meloen, verwijder de zaadlijsten en snijd het vruchtvlees in blokjes. Verkruiemel de feta. Halveer de paprika's, verwijder de zaadlijsten en het klokhuis. Was ze en snijd ze in reepjes.

Stap 2

Voor de dressing: meng 1 à 2 eetlepels in blokjes gesneden meloen, de olijfolie, de azijn, de sojasaus en de honing in de blender. Breng op smaak met peper. Voeg de dressing toe aan de salade en schep om.