



# Agurk og melonsalat

4 pers

Ingredienser:

- 1 stk agurk
- 300 gram vannmelon
- ½ ts salt
- 3 ss mager kesam
- 1 ss eddik (7%)
- 3 ts natreen
- 1 ts pepper

Fremgangsmåte:

Kutt agurken i fine strimler. Tilsett salt og la det stå en ½ time for å trekke ut vann, sil av.

Kutt vannmelon i biter, og bland sammen med agurken.

Bland kesam med eddik, natreen og pepper, hell over agurk/melonblandingen.

Næringsberegning per porsjon:

43 kcal, 0.3g fett, 8.2g karbohydrater (hvorav 7.2g sukker og 1g kostfiber), 2.5g protein, 1g salt.