

# Mediterraner Salat mit Garnelen



**ISS BUNT BLEIB GESUND**

Leckere Rezepte zum schlank werden und schlank bleiben!

## ZUBEREITUNG

1. Tomaten waschen und halbieren. Die Mozzarellakugeln abtropfen lassen.
2. Die Tomaten und die Mozzarellakugeln in eine Schüssel geben und mit 1 TL Olivenöl und Balsamico beträufeln, salzen und pfeffern.
3. Die Garnelen in einer beschichteten Pfanne mit 1 TL Olivenöl anbraten und auf dem Salat verteilen.
4. Nach Belieben mit frischem Basilikum garnieren.

## ZUTATEN FÜR 1 PORTION

- 150 g Cocktailtomaten, klein
- 125 g Mozzarellakugeln, klein 20 % Fett
- 2 TL Olivenöl
- 2 TL Balsamicoessig
- 200 g Garnelen, küchenfertig
- Basilikum, frisch
- Salz
- Pfeffer



403 kcal  
Kalorien



12 g  
Kohlenhydrate



15 g  
Fett



54 g  
Eiweiß



2 g  
Ballaststoffe

Nährwerte p. P. Verantwortlich für den Inhalt: happyfigur Vertriebs GmbH, Bahnhofstr. 40, 63500 Seligenstadt

figur<sup>scout</sup>