

Cucumber Watermelon Salad

4 Servings

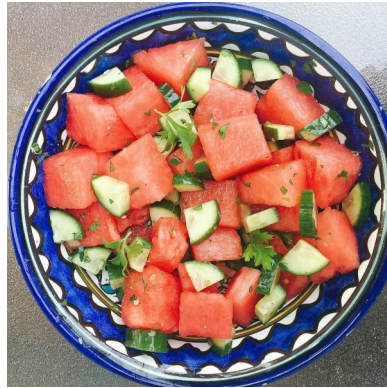
Ingredients

- 2 Tbs **lime juice**
- ¼ cup minced **fresh parsley, cilantro or mint**
- 2 medium **cucumbers**, washed, sliced lengthwise then sliced crosswise
- 3 cups **watermelon**, cut in 1-inch cubes (about 1 pound)

Optional: ½ cup crumbled feta cheese

Instructions

1. Combine the lime juice and fresh herbs in a large bowl.
2. Add the cucumbers; toss with a rubber spatula, coating all cucumber pieces. Add the watermelon; fold in gently.
3. *Optional: cover, and set aside for 1 hour to allow flavors to blend*



Nutrition Information

Serving Size: 1½ cups

Calories: 50
Total Fat: 0g
Saturated Fat: 0g
Protein: 1g
Sodium: 0mg
Carbohydrates: 11g
Added Sugar: 0g
Fiber: 1g

Ensalada de Sandía con Pepino

4 Porciones

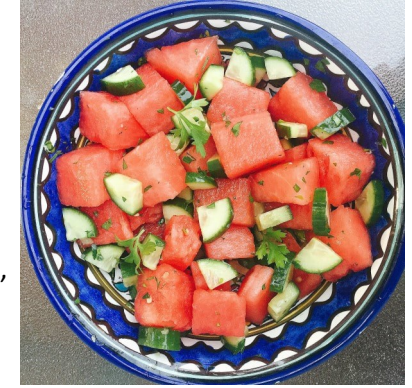
Ingredientes

- 2 cucharadas de **jugo de lima**
- ¼ taza de **perejil, cilantro o menta fresca**, picado (a)
- 2 **pepinos** medianos, lavados, cortados a lo largo y luego tajadeados transversalmente
- 3 tazas de **sandía**, picada en trozos de 1 pulgada (aproximadamente 1 sandía de 1 libra)

Opcional: ½ taza de queso feta desmenuzado

Preparación

1. Combine el jugo de lima y las hierbas frescas en un tazón grande.
2. Agregue el pepino y mezcle bien. Incorpore la sandía cuidadosamente.
3. *Opcional: cubra y deje reposar por 1 hora para mayor sabor*



Información Nutricional

Tamaño de Porción: 1½ tazas

Calorías: 50
Grasa Total: 0g
Grasa Saturada: 0g
Proteína: 1g
Sodio: 0mg
Carbohidratos: 11g
Azúcar Agregado: 0g
Fibra: 1g

