



Rezepte > Zweites Frühstück

Ananas + Naturjoghurt

Zeit gesamt
🕒 1min

Zubereitungszeit
🥣 1min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Ananas	1 St.
Joghurt, natur	400 g

Zubereitung

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	186 kcal
Kohlenhydrate	34 g
Eiweiß	11 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	2 g