



# Apfel

Zeit gesamt  
1min

Zubereitungszeit  
1min

Schwierigkeit  
Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Äpfel, rot

4 St.

## Zubereitung

### Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	104 kcal
Kohlenhydrate	28 g
Eiweiß	1 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	0 g