



Rezepte > Zweites Frühstück

# Apfel + Cashewnüsse

Zeit gesamt  
🕒 1min

Zubereitungszeit  
🥣 1min

Schwierigkeit  
👨‍🍳 Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Äpfel, rot	4 St.
Cashewkerne	80 g

## Zubereitung

### Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	219 kcal
Kohlenhydrate	34 g
Eiweiß	4 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	10 g