



Rezepte > Zweites Frühstück

Apfel + Walnüsse

 Zeit gesamt
1min

 Zubereitungszeit
1min

 Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Äpfel, rot	4 St.
Walnusskerne	80 g

Zubereitung

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	228 kcal
Kohlenhydrate	30 g
Eiweiß	5 g
Ballaststoffe	6 g
Fette	12 g