




# Apfel + Walnüsse

 Dauer  
1 min.

 Schwierigkeit  
Einfach

## Zutaten

für 4 Portionen

Äpfel, rot	4 St.
Walnüsse	80 g

## Zubereitung



## Nährwerte (pro Portion)

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