




Banane + Erdnüsse

 Zeit gesamt
1min

 Zubereitungszeit
1min

 Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Bananen	4 St.
Erdnusskerne, geröstet und gesalzen	80 g

Zubereitung

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	282 kcal		
Kohlenhydrate	44 g	Ballaststoffe	6 g
Eiweiß	7 g	Fette	10 g