



# Birne + Mandeln

 Dauer  
1 min.

 Schwierigkeit  
Einfach

## Zutaten

für 4 Portionen

Birnen	4 St.
Mandeln, ganz	80 g

## Zubereitung



## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	287 kcal		
Kohlenhydrate	50 g	Ballaststoff	12 g
Eiweiß	5 g	Fette	10 g