



Rezepte > Zweites Frühstück

# Blaubeeren + Pistazien

Zeit gesamt  
🕒 1min

Zubereitungszeit  
🥣 1min

Schwierigkeit  
👨‍🍳 Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Heidelbeeren, frisch	400 g
Pistazien	80 g

## Zubereitung

### Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	171 kcal
Kohlenhydrate	20 g
Eiweiß	5 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	10 g