



Rezepte > Zweites Frühstück

Erdbeeren + Sonnenblumenkerne

Zeit gesamt
1min

Zubereitungszeit
1min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Sonnenblumenkerne	80 g
Erdbeeren	800 g

Zubereitung

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	181 kcal
Kohlenhydrate	19 g
Eiweiß	6 g
Ballaststoffe	6 g
Fette	11 g