




Feige + Reiswaffeln

 Zeit gesamt
1min

 Zubereitungszeit
1min

 Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Feigen	8 St.
Reiswaffeln, natur	8 St.

Zubereitung

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	148 kcal		
Kohlenhydrate	33 g	Ballaststoffe	3 g
Eiweiß	3 g	Fette	1 g