Gefrorene Weintrauben

Zeit gesamt
3h

Zubereitungszeit

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Weintrauben, dunkel	300 g
Weintrauben, hell	300 g

Zubereitung

1. Kernlose Trauben waschen, von den Rispen zupfen und min. 3 Stunden in den Tiefkühler geben, bis sie vollständig durchgefroren sind. Alternativ über Nacht.

Viel Freude beim Genießen!

Tipp: Genieße die gefrorenen Weintrauben als Snack oder mit Joghurt zusammen. Hier findest du auch ein Rezept für Goat Yoghurt mit Frozen Trauben.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	104 kcal
Kohlenhydrate	27 g
Eiweiß	1 g
Ballaststoffe	1 g
Fette	0 g