



Rezepte > Zweites Frühstück

# getrocknete Aprikose + Mandeln

Zeit gesamt  
1min

Zubereitungszeit  
1min

Schwierigkeit  
Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Mandeln, ganz	80 g
Soft Aprikosen, getrocknet und entsteint	120 g

## Zubereitung

### Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	188 kcal
Kohlenhydrate	23 g
Eiweiß	5 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	10 g