

getrocknete Aprikose + Sonnenblumenkerne





Zubereitungszeit 1min





Zutaten

für 4 Portionen

Sonnenblumenkerne	80 g
Soft Aprikosen, getrocknet	120
und entsteint	g

Zubereitung

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	189 kcal
Kohlenhydrate	23 g
Eiweiß	5 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	10 g