



getrocknete Datteln

Zeit gesamt
1min

Zubereitungszeit
1min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Soft Datteln, getrocknet und 100
entsteint g

Zubereitung

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	71 kcal
Kohlenhydrate	19 g
Eiweiß	1 g
Ballaststoffe	2 g
Fette	0 g