getrocknete Datteln + Haselnüsse

Zeit gesamt
1min

Zubereitungszeit
1min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Soft Datteln, getrocknet und entsteint	120 g
Haselnusskerne, ganz	80 g

Zubereitung

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	210 kcal
Kohlenhydrate	26 g
Eiweiß	4 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	12 g