



getrocknete Pflaumen + Cashewnüsse

 Dauer
1 min.

 Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Pflaumen, getrocknet	120 g
Cashewkerne	80 g

Zubereitung

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	187 kcal		
Kohlenhydrate	26 g	Ballaststoff	3 g
Eiweiß	4 g	Fette	9 g