



Rezepte > Zweites Frühstück

Himbeere + Naturjoghurt

Zeit gesamt
🕒 1min

Zubereitungszeit
🥣 1min

Schwierigkeit
👩‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Joghurt, natur	400 g
Himbeeren, frisch	600 g

Zubereitung

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	151 kcal
Kohlenhydrate	22 g
Eiweiß	12 g
Ballaststoffe	10 g
Fette	3 g