



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