



Rezepte > Zweites Frühstück

# Himbeeren + Reiswaffeln

Zeit gesamt  
🕒 1min

Zubereitungszeit  
🕒 1min

Schwierigkeit  
👨‍🍳 Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Himbeeren, frisch	400 g
Reiswaffeln, natur	8 St.

## Zubereitung

### Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	163 kcal
Kohlenhydrate	35 g
Eiweiß	4 g
Ballaststoffe	8 g
Fette	1 g