



Kiwi + Sonnenblumenkerne

 Dauer
1 min.

 Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Kiwi	4 St.
Sonnenblumenkerne	80 g

Zubereitung



Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	160 kcal		
Kohlenhydrate	14 g	Ballaststoffe	4 g
Eiweiß	5 g	Fette	11 g