



Rezepte > Zweites Frühstück

Kiwi + Walnüsse

Zeit gesamt
🕒 1min

Zubereitungszeit
🥣 1min

Schwierigkeit
👩‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

| | |
|--------------|-------|
| Kiwi | 4 St. |
| Walnusskerne | 80 g |

Zubereitung

Nährwerte (pro Portion)

| | |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 163 kcal |
| Kohlenhydrate | 10 g |
| Eiweiß | 6 g |
| Ballaststoffe | 3 g |
| Fette | 12 g |