



Kürbiskerne

Zeit gesamt
1min

Zubereitungszeit
1min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Kürbiskerne 80 g

Zubereitung

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	89 kcal
Kohlenhydrate	11 g
Eiweiß	4 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	4 g