



Mandeln

 Dauer
1 min.

 Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Mandeln, ganz 80 g

Zubereitung

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	116 kcal		
Kohlenhydrate	4 g	Ballaststoff	3 g
Eiweiß	4 g	Fette	10 g