



# Mango

 Zeit gesamt  
1min

 Zubereitungszeit  
1min

 Schwierigkeit  
Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Mango 2 St.

## Zubereitung

### Nährwerte (pro Portion)

|                |          |               |     |
|----------------|----------|---------------|-----|
| Kaloriengehalt | 150 kcal |               |     |
| Kohlenhydrate  | 38 g     | Ballaststoffe | 4 g |
| Eiweiß         | 2 g      | Fette         | 1 g |