



Rezepte > Zweites Frühstück

Mango + Mandeln

Zeit gesamt
1min

Zubereitungszeit
1min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Mango	2 St.
Mandeln, ganz	80 g

Zubereitung



Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	266 kcal
Kohlenhydrate	42 g
Eiweiß	6 g
Ballaststoffe	7 g
Fette	11 g