




Pflaume + Naturjoghurt

 Zeit gesamt
1min

 Zubereitungszeit
1min

 Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Joghurt, natur	400 g
Pflaumen	8 St.

Zubereitung

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	165 kcal		
Kohlenhydrate	27 g	Ballaststoffe	3 g
Eiweiß	11 g	Fette	3 g