



Pflaume + Reiswaffeln

 Zeit gesamt
1min

 Zubereitungszeit
1min

 Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Pflaumen	4 St.
Reiswaffeln, natur	4 St.

Zubereitung

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	102 kcal		
Kohlenhydrate	23 g	Ballaststoffe	2 g
Eiweiß	2 g	Fette	1 g