




rote Grapefruit + Kürbiskerne

 Zeit gesamt
1min

 Zubereitungszeit
1min

 Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Grapefruit	4 St.
Kürbiskerne	80 g

Zubereitung

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	169 kcal		
Kohlenhydrate	31 g	Ballaststoffe	6 g
Eiweiß	5 g	Fette	4 g