

## rote Grapefruit + Mandeln





Zubereitungszeit 1min



## Zubereitung



## Zutaten

für 4 Portionen

Grapefruit	4 St.
Mandeln, ganz	80 g

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	196 kcal
Kohlenhydrate	25 g
Eiweiß	6 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	10 g