



rote Grapefruit + Sonnenblumenkerne

 Dauer
1 min.

 Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Grapefruit	2 St.
Sonnenblumenkerne	80 g

Zubereitung

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	157 kcal		
Kohlenhydrate	14 g	Ballaststoffe	3 g
Eiweiß	5 g	Fette	10 g