



Rezepte > Zweites Frühstück

# rote Grapefruit + Walnüsse

Zeit gesamt  
🕒 1min

Zubereitungszeit  
🥣 1min

Schwierigkeit  
👩‍🍳 Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Grapefruit	2 St.
Walnusskerne	80 g

## Zubereitung

### Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	164 kcal
Kohlenhydrate	12 g
Eiweiß	6 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	12 g