



Rote Johannisbeeren + Naturjoghurt

 Zeit gesamt
1min

 Zubereitungszeit
1min

 Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Joghurt, natur	600 g
Johannisbeere	400 g

Zubereitung

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	166 kcal		
Kohlenhydrate	20 g	Ballaststoffe	4 g
Eiweiß	16 g	Fette	3 g