



Wassermelone + Kefir

 Zeit gesamt
1min

 Zubereitungszeit
1min

 Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

| | |
|--------------|-------|
| Wassermelone | 800 g |
| Kefir | 400 g |

Zubereitung

1.

Nährwerte (pro Portion)

| | | | |
|----------------|----------|---------------|-----|
| Kaloriengehalt | 101 kcal | | |
| Kohlenhydrate | 20 g | Ballaststoffe | 1 g |
| Eiweiß | 5 g | Fette | 1 g |