



Rezepte > Zweites Frühstück

# Wassermelone + Reiswaffeln

Zeit gesamt  
🕒 1min

Zubereitungszeit  
🍳 1min

Schwierigkeit  
👩‍🍳 Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Wassermelone	400 g
Reiswaffeln, natur	4 St.

## Zubereitung

### Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	86 kcal
Kohlenhydrate	19 g
Eiweiß	2 g
Ballaststoffe	1 g
Fette	0 g