



Rezepte > Zweites Frühstück

Birne + Mandeln

Zeit gesamt
🕒 1min

Zubereitungszeit
🍲 1min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Birnen	4 St.
Mandeln, ganz	80 g

Zubereitung

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	287 kcal
Kohlenhydrate	50 g
Eiweiß	5 g
Ballaststoffe	12 g
Fette	10 g