



Rezepte > Zweites Frühstück

Birne + Reiswaffeln

Zeit gesamt
🕒 1min

Zubereitungszeit
🍳 1min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Birnen	4 St.
Reiswaffeln, natur	8 St.

Zubereitung

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	282 kcal
Kohlenhydrate	69 g
Eiweiß	4 g
Ballaststoffe	11 g
Fette	1 g