



Rezepte > Zweites Frühstück

Birne + Walnüsse

Zeit gesamt
🕒 1min

Zubereitungszeit
🍲 1min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Birnen	4 St.
Walnusskerne	80 g

Zubereitung

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	295 kcal
Kohlenhydrate	48 g
Eiweiß	6 g
Ballaststoffe	11 g
Fette	12 g