



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