



Rezepte > Zweites Frühstück

Blaubeere + Himbeere + Erdbeere

Zeit gesamt
1min

Zubereitungszeit
1min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Heidelbeeren, frisch	200 g
Himbeeren, frisch	200 g
Erdbeeren	200 g

Zubereitung

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	71 kcal
Kohlenhydrate	17 g
Eiweiß	1 g
Ballaststoffe	6 g
Fette	1 g