



Rezepte > Zweites Frühstück

# Erdbeeren + Haselnüsse

Zeit gesamt  
1min

Zubereitungszeit  
1min

Schwierigkeit  
Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

|                      |       |
|----------------------|-------|
| Haselnusskerne, ganz | 80 g  |
| Erdbeeren            | 400 g |

## Zubereitung

### Nährwerte (pro Portion)

|                |          |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 158 kcal |
| Kohlenhydrate  | 11 g     |
| Eiweiß         | 4 g      |
| Ballaststoffe  | 4 g      |
| Fette          | 13 g     |