



Rezepte > Zweites Frühstück

# Feige + Reiswaffeln

Zeit gesamt  
🕒 1min

Zubereitungszeit  
🕒 1min

Schwierigkeit  
👨‍🍳 Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Feigen	8 St.
Reiswaffeln, natur	8 St.

## Zubereitung

### Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	148 kcal
Kohlenhydrate	33 g
Eiweiß	3 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	1 g