



Rezepte > Zweites Frühstück

getrocknete Datteln + Cashewnüsse

Zeit gesamt
1min

Zubereitungszeit
1min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 1 Portionen

Soft Datteln, getrocknet und entsteint	50 g
Cashewkerne	50 g

Zubereitung

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	428 kcal
Kohlenhydrate	54 g
Eiweiß	9 g
Ballaststoffe	6 g
Fette	23 g