



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