



Rezepte > Zweites Frühstück

# Kiwi + Reiswaffeln

Zeit gesamt  
🕒 1min

Zubereitungszeit  
🍳 1min

Schwierigkeit  
👨‍🍳 Einfach

## Zutaten

für 4 Portionen

Kiwi	4 St.
Reiswaffeln, natur	8 St.

## Zubereitung



## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	150 kcal
Kohlenhydrate	32 g
Eiweiß	3 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	1 g