



Mandeln

Zeit gesamt
1min

Zubereitungszeit
1min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Mandeln, ganz 80 g

Zubereitung

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	116 kcal
Kohlenhydrate	4 g
Eiweiß	4 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	10 g