



Rezepte > Zweites Frühstück

# Mango

Zeit gesamt  
🕒 1min

Zubereitungszeit  
🍲 1min

Schwierigkeit  
👨‍🍳 Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Mango

2 St.

## Zubereitung

### Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	150 kcal
Kohlenhydrate	38 g
Eiweiß	2 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	1 g