



Rezepte > Zweites Frühstück

Mango + Naturjoghurt

Zeit gesamt
🕒 1min

Zubereitungszeit
🥣 1min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Joghurt, natur	400 g
Mango	2 St.

Zubereitung

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	223 kcal
Kohlenhydrate	41 g
Eiweiß	12 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	3 g