



Rezepte > Zweites Frühstück

# Mango + Reiswaffeln

Zeit gesamt  
🕒 1min

Zubereitungszeit  
🍲 1min

Schwierigkeit  
👨‍🍳 Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Mango	2 St.
Reiswaffeln, natur	8 St.

## Zubereitung

### Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	261 kcal
Kohlenhydrate	61 g
Eiweiß	4 g
Ballaststoffe	6 g
Fette	1 g