



Rezepte > Zweites Frühstück

# Nektarine + Naturjoghurt

Zeit gesamt  
🕒 1min

Zubereitungszeit  
🥣 1min

Schwierigkeit  
👩‍🍳 Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Joghurt, natur	600 g
Nektarine	4 St.

## Zubereitung

### Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	189 kcal
Kohlenhydrate	25 g
Eiweiß	17 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	4 g