



Rezepte > Zweites Frühstück

Nektarine + Pekannüsse

Zeit gesamt
🕒 1min

Zubereitungszeit
🍲 1min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

| | |
|----------------|-------|
| Nektarine | 4 St. |
| Pekannusskerne | 80 g |

Zubereitung

Nährwerte (pro Portion)

| | |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 217 kcal |
| Kohlenhydrate | 22 g |
| Eiweiß | 4 g |
| Ballaststoffe | 5 g |
| Fette | 15 g |