



Rezepte > Snack

Reiswaffel mit Erdnussbutter

Zeit gesamt
🕒 10min

Zubereitungszeit
👉 10min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Bananen	1 St.
Reiswaffeln, natur	8 St.
Erdnussbutter	100 g

Zubereitung

1. Banane schälen und in Scheiben schneiden.
2. Reiswaffeln mit 1–2 EL Erdnussbutter bestreichen. Mit Bananenscheiben belegen und servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Nach Belieben mit gehackten Erdnüssen bestreuen.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	310 kcal
Kohlenhydrate	36 g
Eiweiß	10 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	14 g