



Rezepte > Zweites Frühstück

Rote Johannisbeeren + Naturjoghurt

Zeit gesamt
1min

Zubereitungszeit
1min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Joghurt, natur	600 g
Johannisbeeren	400 g

Zubereitung

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	166 kcal
Kohlenhydrate	20 g
Eiweiß	16 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	3 g