



Rezepte > Zweites Frühstück

# Wassermelone + Haselnüsse

Zeit gesamt  
🕒 1min

Zubereitungszeit  
🥣 1min

Schwierigkeit  
👨‍🍳 Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Wassermelone	1 St.
Haselnusskerne, ganz	80 g

## Zubereitung

### Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	276 kcal
Kohlenhydrate	41 g
Eiweiß	6 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	13 g