1A+1B Vegetarisch

Dessert Mango Cantuccini

Zubereitungszeit
5 minuten

Portionen
Voor 4 personen

Zubereitungsart

1. Den Quark auf vier Gläser verteilen. Über jedes Glas ein halbes Fläschchen Smoothie Mango ready to go gießen. Die Cantuccini-Kekse über die Gläser zerbröckeln und mit frischer Minze abschließen.
2. Achtung! Dies ist ein Nachtisch für besondere Anlässe und Feiertage.

Zutaten

- [ ] 2 Fläschchen PS. food & lifestyle smoothie mango ready to go
- [ ] 1 Beutel PS. food & lifestyle cantuccini kokos
- [ ] 6 EL magerer Quark
- [ ] 2 Zweige frische Minze

Nährwerte pro Person

Energie	**117 kcal**
Kohlenhydrate	**5 g**
Fett	**4 g**
Ballaststoffe	**2 g**
Eiweiß	**14 g**