2A Vegetarisch

Granola mit Cashewnüssen, Blaubeeren und Himbeeren

Zubereitungszeit
5 minuten

Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

1. Den mageren Quark mit der Granola in einer Schüssel vermengen. Blaubeeren und Himbeeren darüber verteilen.

Zutaten

- [ ] 1 Beutel PS. food & lifestyle granola cashew aardbei
- [ ] 150 g magerer Quark
- [ ] 50 g Blaubeeren
- [ ] 50 g Himbeeren

Nährwerte pro Person

Energie	**258 kcal**
Kohlenhydrate	**18 g**
Fett	**11 g**
Ballaststoffe	**3 g**
Eiweiß	**17 g**