

Schwierigkeitsgrad



PRO PORTION

KALORIEN
419 kcal

KOHLENHYDRATE
48,8 g

FETT
5,3 g

EIWEISS
36,2 g

BALLASTSTOFFE
10,6 g

Frühstück

Hüttenkäse Kiwi-Power

Zubereitung (5 Min.)

1. Die Kiwis schälen und klein schneiden. Die Zitrone auspressen und mit etwas Süßstoff verrühren. Den Hüttenkäse mit dem Honig verrühren.
2. Die Kiwistücke über dem Hüttenkäse verteilen und mit Zitronensaft begießen.

Zutaten

3 Kiwis (ca. 270 g)
Saft aus 1/2 Zitrone
einige Spritzer Süßstoff
250 g Hüttenkäse, light
2 TL Honig

Tipp! Das Frühstück nach dem Anrichten bitte bald verzehren, da die Kiwis den Hüttenkäse nach einiger Zeit bitter schmecken lassen.
