



✂ Snack ⏱ 15 min

Obstsalat in Wassermelone mit Joghurt, Chiquita Bananen und roten Früchten.

Probiere diesen gesunden und erfrischenden Obstsalat! Dieses einfache Rezept wird mit Biojoghurt, Chiquita Bananen, roten Früchten und Nüssen in einer Wassermelone zubereitet und ist eine Wohltat für deinen Körper.

1

Die Chiquita Banane halbieren und dann der Länge nach durchschneiden.

2

Die kleinen Wassermelonen halbieren und aushöhlen. Das Fruchtfleisch in Würfel schneiden.

3

Den Joghurt in die Wassermelone geben und mit Müslimischung, Nüssen und roten Früchten bestreuen.

2

- 1 Chiquita Banane
- 2 kleine Wassermelonen
- 500 g Joghurt
- 50 g rote Früchte
- 90 g Müslimischung
- 60 g gemischte Nüsse

432 Kalorien

13,8g Fett

3,8g Gesättigte Fettsäuren

55,4g Kohlenhydrate

39g Zucker

6,2g Ballaststoffe

12,6g Eiweiß

0,2g Salz

4

Genieße und teile dein Rezept für den Obstsalat mit
#ChiquitaBanana