



✂ Frühstück ⏱ 10 min

Gesunder Obstsalat mit Chiquita Banane und Knuspermüsli- Bananenjoghurt

Genieße diesen gesunden und erfrischenden Obstsalat mit Chiquita Banane und Knuspermüsli-Bananenjoghurt. Mit vitaminreichem Orangensaft servieren!

1

Die Chiquita Banane schälen und längs halbieren.

1

Die Kiwis in Stücke schneiden.

1

Die Kiwis mit den roten Früchten (Erdbeeren, Himbeeren, Blaubeeren, Stachelbeeren), der Wassermelone und der Chiquita Banane mischen und auf einem Teller anrichten. 1 Esslöffel Joghurt und anschließend etwas Knuspermüsli darüber geben.

2

- 1 Chiquita Bananen
- 2 Kiwi
- 6 Wassermelonenstücke
- Eine Handvoll gemischte rote Früchte
- 350 g Joghurt
- 10 g Pecan-Nüsse
- 30 g Müslimischung

523 Kalorien

7,7g Fett

2,3 g Gesättigte Fettsäuren

53,8 g Kohlenhydrate

29,3 g Zucker

10 g Ballaststoffe

12,1 g Eiweiß

0,2 g Salz

1

Den restlichen Joghurt in einer Schüssel mit Knuspermüsli und Pecan-Nüssen mischen. Nach Belieben einige Kiwis zugeben.

1

Genieße und teile dein Rezept für den Obstsalat mit [#ChiquitaBanana](#)