



✂ Frühstück ⏱ 5 min

Chiquita Bananensplit-Frühstück mit roten Früchten und Erdnussbutter

Eine gesündere Version dieses beliebten amerikanischen Frühstücks: Probiere den Chiquita Bananensplit mit roten Früchten und Erdnussbutter als ein buntes, proteinreiches Frühstück.

1

Die Chiquita Bananen schälen und längs halbieren.

2

Die Chiquita Bananen mit der Erdnussbutter bestreichen.

3

Mit den gemischten roten Früchten bestreuen.

2

5 Chiquita Bananen
45 g Erdnussbutter
150 g gemischte rote Früchte

609 Kalorien
18,3 g Fett
3,4 g Gesättigte Fettsäuren
74,3 g Kohlenhydrate
52 g Zucker
10,5 g Faser
10,8 g Eiweiß
0,2g Salz