

Rote Grütze

Zutaten: Sauerkirschen, Erdbeeren, Himbeeren, Brombeeren, schwarze Johannisbeeren, rote Johannisbeeren, Wasser, Zucker, Stärke, Zitronensaft

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g	
Brennwert	405 kJ / 95 kcal
Fett	0,21 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,03 g
Kohlenhydrate	22,0 g
davon Zucker	19,6 g
Eiweiß	0,47 g
Salz	0,01 g