Deser chia z lodami

Magdalena Nagler - foodmania

Polecane na: **desery**

Warto wiedzieć:

15 min | łatwy | 2 porcje

Składniki:

- chia - 6 łyżka
- woda kokosowa - 500 ml
- awokado - 1 szt.
- banan (pokrojony w plastry, zamrożony) - 1 szt.
- herbata matcha - 1 łyżeczka
- mleko orkiszowe - 1/4 szklanka
- maliny - trochę trochę
- plastry kokosa - trochę trochę

Dodatkowe info:

Polecam wszystkim, którym również upały dają popalić :)

Sposób przygotowania:

KROK 1: Chia namoczyć w wodzie kokosowej (co najmniej 4 godziny).

KROK 2: Awokado zblendować z bananem i mlekiem oraz herbatą matcha, po czym nałożyć do pucharka/szklanki.

KROK 3: Następnie nałożyć namoczone chia, a całość ozdobić malinami i plastrami kokosa.