Kokosowy pudding chia z jogurtem i borówkami :)

Zdrowie na języku

Polecane na: **desery**

Warto wiedzieć:

180 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

- Nasiona chia - 2 łyżka
- Mleko kokosowe - 200 ml
- Jogurt naturalny - 3 łyżka
- Borówki - garść

Sposób przygotowania:

KROK 1: Do słoiczka lub innego naczynia z pokrywką wsyp nasionka chia i zalej mlekiem. Wstrząśnij. Po 10 minutach ponownie wstrząśnij. Wstaw do lodówki na kilka godzin a najlepiej na całą noc.

KROK 2: Do wysokiej szklanki układaj naprzemiennie - pudding, jogurt naturalny i kilka borówek :)