




Kokosowy pudding chia z leśnym sorbetem

 definicjasmaku

Polecane na: [desery](#), [śniadanie](#)

Warto wiedzieć:

 20 min

 łatwy

 2 porcje

Składniki:

mleko kokosowe - 300 ml
wiórki kokosowe - 2 łyżka
nasionka chia - 4 łyżka

ksylitol - 1-2 łyżka
mrożone owoce leśne - 1 szklanka
mleko migdałowe lub z innych orzechów - 50-80 ml

Dodatkowe info:

Kolejny pomysł na wykorzystanie nasionek chia, które po prostu uwielbiam. Tym razem połączenie egzotycznego kokosa i naszych rodzimych owoców jagodowych. Pudding nie tylko wygląda cudownie, ale i smakuje bajecznie :)
Deser na lato i na zimę.

Sposób przygotowania:

KROK 1: W kubku łączymy mleko kokosowe z ksylitolem, wiórkami i chia dokładnie mieszamy i odstawiamy na 15 minut do lodówki. Po tym czasie ponownie mieszamy i wstawiamy na całą noc do lodówki.

KROK 2: Przed podaniem w blenderze umieszczamy owoce leśne, ksylitol i mleko miksujemy. Jeśli masa jest zbyt "sucha" i nie chce się dobrze miksować dolewamy więcej mleka.

KROK 3: Gotowy sorbet układamy na pudding, posypujemy wiórkami kokosowymi i podajemy.