Polenta z chia i galaretką

Magdalena Nagler - foodmania

Polecane na: **ciasta, desery**

Warto wiedzieć:

90 min | łatwy | 14 porcji

Składniki:

- kasza kukurydziana - 15 g
- nasiona chia - 5 łyżka
- stevia - 3 łyżeczka
- galaretka wiśniowa bio - 1 opakowanie
- jagody goji - 1 garść

Dodatkowe info:

Lekko, pysznie, słodko!

Sposób przygotowania:

KROK 1: Kaszę kukurydzianą ugotować w 4-krotnej ilości wody do kaszy.

KROK 2: Po ugotowaniu dodać chia, wymieszać i przełożyć do formy (wyłożonej folią spożywczą), po czym odstawić do schłodzenia.

KROK 3: Galaretkę przygotować i wyłożyć na wierzch polenty, na wierzchu osypać jagodami goji- całość odstawić do stężenia i ponownie schłodzić.

KROK 4: Ciasto przechowywać w lodówce.