Pyszny, zimny deser na śniadanie? Tak! :)

Zdrowie na języku

Polecane na: **desery, śniadanie**

Warto wiedzieć:

10 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

- Płatki owsiane - 20 g
- Amazake ryżowe - 50 g
- Nasiona chia - 1 łyżeczka
- Mleko sojowe - 100 ml
- Mango - kawałek
- Truskawki - kilka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Do słoiczka lub szklanego pojemnika wsyp płatki owsiane i nasiona chia.

KROK 2: Wlej mleko. Zamieszaj.

KROK 3: Dodaj Amazake i pokrojone w kostkę owoce.
Wymieszaj. Wstaw do lodówki.

KROK 4: Gotowy zjedz nazajutrz na śniadanie :)