Z puddingiem chia każdy dzień zaczniesz z energią i uśmiechem

Zielone Koktajle

Polecane na: **desery, śniadanie**

Warto wiedzieć:

5 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

- nasiona chia - 2 łyżka
- mleko migdałowe - 1 szklanka
- ekstrakt z wanilii - 1 łyżeczka
- maliny, borówki - trochę
- syrop z agawy - 1 łyżeczka

Sposób przygotowania:

KROK 1: możesz też użyć innych sezonowych owoców, polecamy:
truskawki
brzoskwinie
i inne sezonowe

przygotowanie:
Połącz wszystkie składniki w słoiczku i dobrze wymieszaj, umieść pudding w lodówce na noc.
W między czasie przemieszaj pudding do uzyskania odpowiedniej konsystencji. Rano dodaj ulubione owoce, miksowała dziś Agnieszka Szczepaniak,