

ANIA STARMACH

Pudding czekoladowy

Co kupić?

- 3 łyżki chia Purella
- 2 łyżki surowego kakao w proszku Purella
- 1 szklanka mleka roślinnego (migdałowego, kokosowego lub z nerkowców)
- 2 łyżki syropu klonowego
- 1 łyżka surowego kruszonego kakao Purella

Jak przygotować?

1. W miseczce wymieszaj dokładnie mleko, kakao i chia. Odstaw na 30 minut.
2. Do mleka dodaj syrop klonowy, ponownie wymieszaj. Przelej do szklanek lub mniejszych miseczek.
3. Miseczki z puddingiem włóż na kilka godzin lub najlepiej na całą noc do lodówki.
4. Przed podaniem posyp świeżymi malinami i kruszonym kakao.