

Petit Pudding Matinal

Niveau : Facile

Ingrédients

Ingrédients de base :

50g de graines de Chia
400 ml (2 briquettes) de lait de coco
1 cuillère à soupe d'huile de Noix ou
noisette

Ingrédients facultatifs à varier/mixer :

1 cs de cacao en poudre
Chocolat blanc moulu
Noisettes/amandes/pistaches moulues
Fruits frais (à placer juste avant de servir)

Temps de préparation : 5min Temps de cuisson : 0 min

Etapes de Préparation

- 1 Placez tous les ingrédients voulus dans le bol du mixer et mixez
- 2 Placez au réfrigérateur 1h puis ajoutez des fruits frais avant de servir
- 3 Dégustez et passez une bonne journée !

