

Chia puding s pireom od manga



NAČIN PRIPREME
Jednostavna priprema



VRIJEME PRIPREME
< 30 min



BROJ PORCIJA
4

Sastojci

250 g grčkog jogurta
250 ml napitka od soje
40 g chia sjemenki
40-60 g meda
500 g manga
1 limeta

Nutritivne vrijednosti

Skeniraj za prikaz na web stranici



Zamiješajte jogurt i napitak od soje, zasladite medom, umiješajte chia sjemenke.

Pokrijte prozirnou folijom i odložite u hladnjak na nekoliko sati, najbolje preko noći.

Mango ogulite, odstranite košticu, narežite na kockice.

Odvojite dio kockica, a ostalo štapnim mikserom usitnite u pire.

Pola staklene posudice napunite pireom.

Dodajte chia puding.

Na vrh dodajte par kockica manga i struganu koricu limete, poslužite.