

Copa de chia y chocolate



Dificultad: □□□□□

Tiempo de preparación: 35min , Tiempo de cocción: 0min

Tiempo total: 35min , Número de porciones: 1

0 Calorías , **0 g** Azúcares , **0 g** Grasas , **0 g** Proteínas

Autor: Maria

Url: <https://srecetas.es/copa-de-chia-y-chocolate>

Preparación

Combine todos los ingredientes en un tazón pequeño y refrigere por lo menos 30 minutos para dar tiempo a las semillas a expandirse. Cubra con dos arándanos para dar un toque de antioxidante adicional.

Ingredientes

- 1 taza/s Leche chocolatada
- 3 cucharada/s Semillas de Chia
- 1 cucharadita/s Coco rallado
- 2 Arándanos para decorar

Categorías

Un día normal, Todo el año, Económico, Cereales, pastas y arroz, Lácteos y huevos, Rápida, Ingrediente extra, Chicas delgadas, Desayuno, Otro

