

Postre de chía



Dificultad: □□□□□

Tiempo de preparación: 20min , Tiempo de cocción: 0min

Tiempo total: 20min , Número de porciones: 2

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

Autor: Daniela

Url: <https://srecetas.es/postre-de-chia>

Preparación

Mezcle la bebida de maná con los duraznos.

Vierta las semillas de chía en el fondo del vaso y vierta un poco de maná mezclado con duraznos. Todo mezcle.

Espere 5 minutos para que las semillas de chía se hinchen.

Apile algunas piezas de duraznos en rodajas sobre las semillas de chía.

Luego agregue el maná de duraznos.

Decore con menta y fruta.



Ingredientes

- 2 unidad/es Durazno
- 2 puñado/s Chia
- 1 unidad/es Maná bebida
- 4 hoja/s Menta

Categorías

Vegetariana, Frutas, Postre