Chiapudding mit Joghurt

Dauer: Aufwändig Kategorie: Frühstück Vegetarisch Saison: Ganzjährig

Zutaten

60 G	Chiasamen
400 ML	Milch
2 TL	Honig
250 G	Vanillejoghurt
200 G	Erdbeeren (tiefgefroren)

Zubereitung

1. Den Chiasamen mit Hilfe eines Schneebesens mit der Milch verrühren und über Nacht in den Kühlschrank stellen.
2. Erdbeeren und Honig in einem hohen Gefäß mit dem Stabmixer fein pürieren.
3. Den Chiapudding beliebig mit Joghurt vermengen und in Gläser füllen.
4. Erdbeerpüree vorsichtig darüber gießen. Mit Müsli dekorieren.

SEMINAR BÄUERINNEN