

Vanilkové chia potěšení

Počet porcí: 4

Doba přípravy: 20 minut

Bez lepku

Postup přípravy

200 ml mléka smícháme s chia semínky a necháme nabobtnat (nejméně 30 minut, nejlépe přes noc). Poté dobře promícháme. Pudingový prášek smícháme s trochou mléka a cukrem. Zbývajícím mléko přivedeme k varu a za stálého míchání vlijeme připravený prášek. Puding vaříme 1–2 minuty, dokud nezhoustne. Do skleničky vrstevně nabobtnaná chia semínka a puding, poslední vrstvu tvoří chia semínka. Necháme vychladnout. Podáváme vychlazené a ozdobené kiwi nakrájeným na kolečka.

Ingredience

- **Jihočeské mléko lahodné polotučné 1,5% 1 l - 700 g**
- **Cukr krystal - 40 g**
- **Kiwi - 60 g**
- **Bio Puding vanilkový, bez lepku 40 g - 40 g**
- **Chia semínka 100 g - 30 g**

