



## **BUDINO CON SEMI DI CHIA**

### INGREDIENTI

- 2 cucchiaini di semi di chia
- 120 ml di latte di mandorla
- 1 cucchiaino di miele
- 2 fragole, tagliate a fette
- ½ banana, sbucciata e tagliata a fette
- 1 kiwi, tagliato a fette
- A piacere: 1 cucchiaino NUTRILITE All Plant Protein
- Un pizzico di cannella

### PREPARAZIONE

1. Mettere i semi di chia, il latte di mandorla, il miele e, se lo si desidera, NUTRILITE All Plant Protein nella ciotola per miscelare e mescolare bene. Assicurarsi che non si formino bolle d'aria.
2. Versare il composto in un barattolo o un bicchiere, coprire con un coperchio e lasciare riposare in frigorifero per tutta la notte.
3. Disporre le fragole, la banana e il kiwi sul budino e spolverare con la cannella. Buon Appetito!