

Chiapudding med smoothie och pitaya

Chiapudding med smoothie och pitaya

En supergod chiapudding med smoothie och pitaya med smak av kardemumma och blåbär. Fri från mejerier, gluten och raffinerat socker.

1 portion

Ingredienser chiapudding

2 msk [chiafrön](#)

1 dl kokosmjölk

1 msk [cashewsmör med kardemumma](#)

Smoothie

1 dl blåbär

0,5 dl kokosmjölk

Topping

Pitaya (dragon fruit)

Gör så här

1. Blanda ingredienserna till chiapuddingen och häll upp i en skål och låt stå i ett par timmar eller över natten
2. Mixa ingredienserna till smoothien
3. Häll över smoothien över chiapuddingen och toppa med pitaya