

Chiapudding med sommarsmoothie

Chiapudding med sommarsmoothie

Chiapudding med sommarsmoothie – Supergod, krämig och vacker chiapudding med en smoothie på sommarbär. Fri från mejerier, gluten och socker.

Ingredienser chiapudding

2 msk [chiafrön](#)

1,5 dl kokosmjölk (gärna fet)

En nypa [vanljpulver](#)

Ingredienser Smoothie

1 dl bär (jordgubbar, svarta vinbär, röda vinbär, hallon)

0,5-1 dl kokosmjölk (gärna fet)

Gör så här

1. Blanda ihop alla ingredienser till chiapudding och fyll ett glas (om du vill att puddingen ska bli sne som på bilden får du luta glaset i kylskåpe). Låt chiapuddingen stå i kylan över natten.

2. På morgonen mixar du ihop smoothien och fyller på glaset med

3. Toppa med några bär