



Čija puding sa vanilom i bademima

Sastojci

- 1 c Bademovo Mleko
- 0.5 c Čija semenke
- 0.5 kaf. Kašičica Ekstrakt Vanile
- 2 g C Cimet U Prahu
- 20 g Bademi, seckani
- 100 g Mešano bobičasto voće

Uputstvo

1. Stavite bademovo mleko, čija semenke i ekstrakt vanile u srednju činiju. Dobro promešajte sve sastojke.
2. Pokrijte činiju plastičnom folijom ili poklopcem i stavite u frižider na celu noć kako bi čija semenke upile tečnost i zgusnule se.
3. Pre nego što poslužite, ponovo promešajte puding da biste osigurali da su svi sastojci dobro sjedinjeni. Ako je previše gust, možete dodati još malo bademovog mleka da postignete željenu teksturu.
4. Poslužite sa šakom seckanih prženih badema i svežim bobičastim voćem. Bademi će dodati divnu hrskavost koja čini ovaj čija puding još prijatnijim. Za završni dodir, pospite prstohvat C mlevenog cimeta preko – on ne samo da upotpunjuje ukuse, već unosi toplu, aromatičnu notu koja čini svaki zalogaj još bogatijim.

Prehrana

Ugljeni hidrati

Energija

Masti

Belančevina

140.71 kcal

8.69 g

4.55 g

🕒 486 Min

⊕ 4