

PURE ENERGIE

CHIA-MANDELMILCH-PUDDING

Zutaten

- 50g Chia-Samen
- 300ml Mandelmilch
- 2EL Ahornsirup
- 1 Banane
- 1 Tütchen Bourbon Vanille
- 1 EL Goji-Beeren



**FOTO
FOLGT**

Zubereitung

Chia-Samen, Mandelmilch und Vanille in eine Schüssel geben. Mindestens 40 Minuten (oder über Nacht) einweichen lassen. Banane mit einer Gabel zerdrücken. Banane zu dem Mandeldrink geben und mit einem Pürierstab zu einer geschmeidigen Creme pürieren, nach Bedarf noch etwas Mandelmilch hinzugeben. Zum Schluss den 1 EL Goji-Beeren drüber geben.

Tipp:
Zusätzlich zu den Goji-Beeren kannst du noch getrocknete Feige, Cranberries etc. hinzugeben.