

BUDÍN DE CHÍA

FRUTILLAS Y ARÁNDANOS



Ingredientes (2 porciones)

- 2 cucharadas de semillas de chía
- ½ taza de leche de coco + extra agua si es necesario
- 1 taza de frutillas y arándanos frescos para servir

Preparación

1. En un bowl, colocar las semillas de chía junto con la leche de coco. Con una batidora manual o tenedor mezclar bien, de manera que las semillas queden bien esparcidas sin que se formen grumos.
2. Dejar reposando 15 minutos y ver si la cantidad de líquido es suficiente o requiere un poco más de leche de coco o agua. Si está todo bien, refrigerar toda la noche.
3. Servir en 2 pocillos medianos con frutillas y arándanos frescos.