

Málnás chia zselé



Feltöltötte:
Finta László

Hozzávalók

200 g friss málna

2 ev. kanál chia mag

1 ev. kanál datolyapaszta

100 ml víz

Elkészítés

Elkészítés:

Turmixold össze a málnát és a datolyapasztát, add hozzá a chia magot és a vizet.

Tedd hűtőbe, amíg a chia megduzzad és zselévé válik.

Jó étvágyat!