



## Chiapudding

Antal: recept\_2020-03-15

En chiapudding är ett perfekt mellanmål eller frukost! Krämig konsistens och med en god smak av vanilj och färska bär ger det dig en bra start på dagen.

Pris: 1 kr

### Chiapudding:

1 dl kokosmjölk  
3 dl mandelmjölk  
1 tsk lönsirap  
En nypa vanilj  
7 msk chiafrön (jag använde vita chiafrön)

### Toppings:

Färska bär och hackade nötter, jag använde jordgubbar och pistagenötter

Blanda alla ingredienser utom chiafröna till din chiapudding i en skål. Tillsätt sedan chiafröna och blanda väl.

Chiafröna kommer först att sjunka till botten av vätskan. Rör om ofta de första 5 minuterna så att fröna kan dra åt sig vätskan utan att fastna som en klump i botten på din skål.

Efter ca 5 minuter märker du att det istället blivit en mer jämn massa och det inte blir en så stor separation mellan chiafröna och vätskan. Rör då om mer sällan och efter totalt 10 minuter borde din pudding vara blandad nog att hälla upp i två portionsskålar.

Ställ chiapuddingen i kylen i minst 10 minuter så att den får stelna ytterligare. Du kan med fördel förbereda din chiapudding dagen innan du ska äta den, se bara till att ha ett lock på din burk.

Innan du äter din chiapudding, toppa med hackade nötter och bär. Sedan är det bara att servera!