Chia puding sa vocem

težina: **lako**

za: **2** osoba

vreme pripreme: **15** min

Sastojci

Potrebno je:

- **4 kacicice**chia semenki
- **200 ml**vode ili mleka
- **2 kašike**kondenzovanog mleka
- **1 kašicice**kikiriki putera
- **2**banane
- **1**narandža
- **2 kašicice**pekmeza od bresaka

Priprema

Chia semenke potopiti u vodu ili mleko, da odstoje do 2h, a najbolje je kad pravimo puding, da odstoji preko noci. Semenke u tecnosti nabubre i želatiniraju.

U blender naseci bananu, dodati kikiriki puter, kondenzovano mleko (ako nemamo, možemo ga napraviti; 4 kašicice mleka u prahu-soja, bademovo, kokosovo mleko pomešati sa 2 kašicice vrele vode), pa kratko blendirati.

Narandžu ocistiti, iseci na manje komade.

U cašu slagati: bananu secenu na kolutove, kašicicu chia pudinga, narandžu, blendiranu bananu + kondezovano mleko, pekmez od breskve, pa dok ne potrošimo sve sastojke.

Dekorisati grancicom ruzmarina koji svojim oštrim mirisom dopunjava blag, nežan ukus pudinga.

Savet

Mesto ruzmarina, možete kombinovati listie nane, ili posuti malo prepeenih lešnika.