



# BUDÍN DE SEMILLAS DE CHÍA

## INGREDIENTES

- 2 cucharadas de semillas de chía
- 120 ml de leche de almendra
- 1 cucharada de miel
- 2 fresas, rebanadas
- medio plátano, pelado y rebanado
- 1 kiwi, rebanado
- Opcional: 1 cucharada de Proteína Vegetal NUTRILITE
- Una pizca de canela

## PREPARACIÓN

1. Pon las semillas de chía, la leche de almendra, la miel y la Proteína Vegetal NUTRILITE en el cuenco y mezcla bien. Asegúrate de que no haya burbujas.
2. Pon la mezcla en un frasco o un vaso, tápalo y déjalo reposar en la nevera durante una noche.
3. Coloca las fresas, el plátano y el kiwi encima del budín y espolvorea con canela. ¡Disfrútalo!