

## Chia mag puding laktózmentesen

### Hozzávalók

- 2 ek chiamag
- 2.5 dl mandulatej
- 1 kávéskanál fahéj
- 1 ek stívia
- Savanyú gyümölcsök

### Elkészítés

1. Keverjük össze a chia magokat a mandulatejjel egy tálban vagy befőttesüvegben.
2. Fedjük le, és tegyük a hűtőbe éjszakára állni.
3. Reggel, amikor már kocsonyás, puding állagú, adjuk hozzá a gyümölcsöt és a fahéjat.
4. Adhatunk hozzá egy kis stíviát, ha nem elég édes.
5. Végül szórjuk meg a tetejét magvakkal és + gyümölcssel / lekvárral.

