

Gachas de avena reposadas

INGREDIENTES

● AVENA	90GR
● CACAO EN POLVO	3C
● YOGUR GRIEGO	70GR
● LECHE DE ALMENDRAS	300ML
● SEMILLAS DE CHÍA	1CF
● FRESAS	4 UNIDADES

PREPARACIÓN

- INTRODUCE TODOS LOS INGREDIENTES (MENOS LAS FRESAS) EN UN RECIPIENTE Y MÉZCLALO. CÚBRELO Y GUÁRDALO EN EL FRIGORÍFICO DURANTE AL MENOS 2 HORAS (O TODA LA NOCHE)
- LA MAÑANA SIGUIENTE, AÑADE MÁS CUCCHARADAS DE LECHE DE ALMENDRAS (SI CREES QUE NECESITA ESTAR MÁS LÍQUIDO). A CONTINUACIÓN, CORTA LAS FRESAS EN PEQUEÑOS TROZOS Y MÉZCLALO CON LA AVENA.
- SÍRVELO FRÍO CON OTROS TOPPINGS COMO COCO RALLADO O TROZOS DE CHOCOLATE.