

Overnight Chia-Joghurt mit Bananen und Schokodrops

VORBEREITEN

12
Std.

ZUBEREITEN

10
Min.

NIVEAU



Zutaten für 4 Portionen

250 ml Mandelmilch
140 g griechischer Joghurt
1 1/2 Esslöffel Ahornsirup
1/2 Teelöffel Vanilleextrakt
40 g Chia-Samen
20 g Kokoschips
2 Esslöffel Schokoladendrops
1 Banane
Blaubeeren
Erdbeeren

Heute vorbereiten, morgen genießen! Die kleinen Powerkörner quellen über Nacht und werden am nächsten Tag mit frischen Früchten, gerösteten Kokoschips und feinen Schokodrops garniert. Für all diejenigen, die morgens keine Zeit haben. Und für alle anderen natürlich auch.

- 1 -

Mandelmilch, Joghurt, Ahornsirup und Vanilleextrakt vermischen und Chia-Samen unterrühren, über Nacht kaltstellen und quellen lassen.

- 2 -

In einer Pfanne Kokoschips rösten, beiseitestellen. Banane in Scheiben schneiden, Erdbeeren und Blaubeeren waschen.

- 3 -

Chia-Joghurt durchrühren und mit Obst, Kokoschips und Schokoladendrops garnieren.