

SPOSÓB WYKONANIA:

Składniki na 3-4 porcje (750 ml):

- 350 g przecieru z mango PURENA
- 400 g gęstego jogurtu
- 20 g nasion chia (5 łyżek)
- 1 łyżka miodu
- pomarańcza/maliny do dekoracji



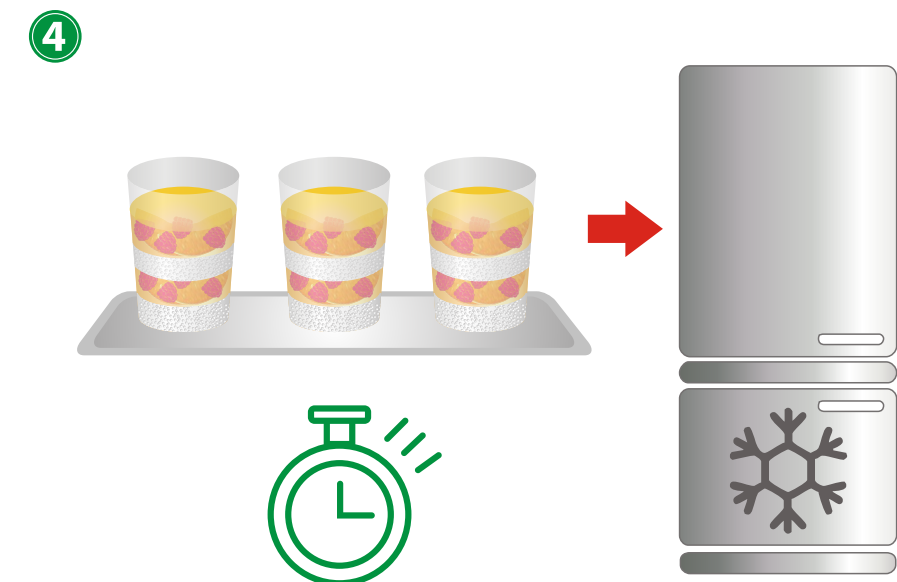
Jogurt wymieszać z nasionami chia i miodem.



Układać warstwowo, zaczynając od jogurtu z chia, następnie maliny i kawałki pomarańczy oraz przecier z mango.



Warstwy powtórzyć.



Wstawić do lodówki na 20 minut.



Wartości odżywcze:

100 g
82 kcal

1 porcja
165 kcal

Gotowy deser spożyć w przeciągu 24 h.
Otwartą saszetkę PURENA przechowywać w lodówce przez 7 dni.