



Chía pudding de Chocolate y Horchata

Buenos martes!! Quién se apunta a un desayuno sabroso y saciante para tener una mañana de diez? Este **Chía pudding de Chocolate y Horchata** es fuente de **energía duradera, de antioxidantes y fibra**, un desayuno ideal para tus intestinos, células y microbiota intestinal.

Y es que la combinación de horchata y chocolate es todo un clásico que va a convertir tus mañanas en puro placer y alegría el levantarte y encontrarte con esta maravilla de tarro♥

Y es que este Chía pudding de Chocolate y Horchata se hace básicamente solo!! Tan fácil que no hay excusas para seguir desayunando los cereales refinados y ultra procesados de siempre, o la tostada de cada día 😞

Eso se acabó! Bienvenida **la variedad con calidad, deliciosa y saludable**, diseñada para cada te cuides desde dentro hacia fuera para dar lo mejor de ti, día a día, empezando bien desde la mañana!

Y es que cuando empezamos bien el día, es mucho más fácil mantener ese cuidado y actitud a lo largo del resto del día!!

Descubre como invertir unos pocos minutos en ti, y conseguir que te cunda horas!

Listo/a? Pues allá vamos, a disfrutar!

Ingredientes para un tarro grande de Chía pudding de Chocolate y Horchata

- 1 T de horchata natural bio y sin azúcar de [Amandin](#)
- una pizca de vainilla bio en polvo
- 2,5 ml de cacao bio en polvo, sin azúcar
- 2,5 ml de canela bio en polvo
- 4 C de semillas de chía bio
- toppings: escamas de coco, polen bio y frutos rojos bio al gusto

Elaboración

1. Mezclar en un bol todos los ingredientes, salvo la chía y los toppings, hasta que quede todo bien homogéneo. Añadir las semillas y dejar reposar toda la noche, 8 horas en nevera y tapado.
2. Una vez sacado de la nevera, añadir los toppings y fruta al gusto.

