



20 g de semillas de chía



200 ml de leche
de almendras



30 g de frambuesas



1 mango



60 g de avellanas

Preparación:

1. Deja reposar las semillas de chía en leche de almendras durante 15 minutos.
2. Lava las frambuesas, pela el mango y deshuésalo. Introduce las frutas en la batidora y cierra la tapa.
3. Bate todo. Sirve las semillas en un vaso y pon por encima el puré de mango y frambuesas. Decora con las avellanas y las frambuesas.

Consejo Bosch:

Es un batido perfecto para el desayuno.



300 ml

Chía breakfast

Batido de mango y chía

