

AVENA CON FRESA Y COCO



DESAYUNO

181

🕒 2 horas - PORCIONES: 1

INGREDIENTES

- 30 g de avena en hojuelas
- 125 ml de leche de almendra
- 3 ml de extracto de vainilla
- 15 g de coco rallado
- 5 g de semillas de chía
- 20 ml de miel
- 3-4 fresas grandes, en rebanadas



PROCEDIMIENTO

- 1 **Colocar** todo en un recipiente y mezclarlo muy bien.
- 2 **Cubrir** el recipiente y colocarlo en el refrigerador por lo menos 2 horas, luego servir.

