

AVEIA COM MORANGO E COCO



2 horas - PORÇÃO

INGREDIENTES

- 30 g de aveia em flocos
- 125 ml de leite de amêndoas
- 3 ml de extrato de baunilha
- 15 g de coco ralado
- 5 g de sementes de chia
- 20 ml de mel
- 3-4 morangos grandes, cortados em pedaços

PREPARAÇÃO

1 Colocar tudo num recipiente e misturar bem.

2 Tampar o recipiente e colocá-lo na geladeira por pelo menos 2 horas. Servir em seguida.

