

AVEIA COM MORANGO E COCO



CAFÉ DA MANHÃ

181

🕒 2 horas - PORÇÃO 🍴

INGREDIENTES

30 g de aveia em flocos
125 ml de leite de amêndoa
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.

