Cristina Sánchez | Nutrición y Psicología



SALSAS Y CONDIMENTOS · VEGANO

Mermelada de fresa y arándanos con chía

10 raciones

Ingredientes

- Fresas
- Arándanos
- Semillas de chía
- Jugo de medio limón

Elaboración

1. Hidratar las semillas de chía con agua
2. Calentar en un cazo las fresas y los arándanos hasta que se vaya formando una pasta
3. Agregar el jugo de limón y la chía hidratada
4. Dejar enfriar y conservar en un tarro de vidrio

Hecho con CookNest