The Green Fork



POSTRES · VEGÀ

Pudding de xia amb matcha

45min · 4 racions · 250 kcal

Ingredients

- **2 cullerades** de llavors de xia
- **120ml** de llet vegetal
- **2** culleretes de matcha en pols
- **1**-2 cullerades de tahini
- Cereals sense gluten i sense sucre
- Figues
- Festucs
- Anous
- Nibs de cacau

PER RACIÓ

Proteïnes	8 g
Greixos	15 g
Hidrats	16 g
Fibra	8 g

Elaboració

1. Barrejar les llavors amb la llet i el matcha i deixar reposar a la nevera 30min - 1h (o durant la nit)
2. Servir amb la resta d'ingredients

Fet amb CookNest

Totes les receptes de The Green Fork
cooknest.app/@thegreennfork · Instagram @thegreennfork