

Chiazaadpudding

2 PERSONEN

Ingrediënten

- 6 eetlepels chiazaad
- 400 ml ongezoete sojadrink (bij voorkeur calcium- en B12-verrijkt)
- 1 theelepel vanille-extract
- 1–2 theelepels ahornsiroop (optioneel, naar smaak)
- 100 g blauwe bessen (vers of diepvries)
- 2 eetlepels kokosflakes of kokosrasp
- Verse basilicum of munt (optioneel, voor de topping)



Bereidingswijze

1. Meng in een kom of afsluitbare pot de sojadrink, chiazaad, vanille en ahornsiroop.
2. Roer goed door en laat minstens 4 uur of een nacht in de koelkast opstijven.
3. Verdeel de pudding over twee glazen of kommetjes.
4. Top af met blauwe bessen, kokosflakes en eventueel een blaadje munt of basilicum zoals op de foto.