

# Ontbijt



voor ±2-3 personen



## CHIA PUDDING VAN AMANDELMELK MET MANGO

1 biologische mango

500 ml biologische amandelmelk

5 eetlepels biologische chiazaad

2 eetlepels biologische bloemhoning

## BEREIDING

Maak eerst de pudding door de amandelmelk, de chiazaad en de honing in een kom te doen en roer het goed door tot het één geheel is. Zet de pudding voor minimaal 1 uur in de koelkast. Snij dan de mango door midden en verwijder de pit. Maak daarna inkepingen in het vruchtvlees, zodat je de stukjes mango er gemakkelijk uit kan scheppen. Haal de gekoelde chiapudding uit de koelkast en verdeel deze over de schaalpjes. Leg de stukjes mango erop en bestrooi de mango voor de finishing touch nog met wat chiazaadjes.