

Ontbijt



voor ± 2 personen



BANANENPUDDING MET CHIAZAAD

2 rijpe bananen

400 ml amandelmelk

6 eetlepels chiazaad

4 eetlepels honing

BEREIDING

Maak de pudding één dag van te voren. Pel de banaan en snij het in stukjes. Mix de amandelmelk met de banaan met een mixer of staafmixer totdat het een glad mengsel is. Voeg daarna de honing en het chiazaad toe en mix het nog even door.

Verdeel de pudding over de kommen en zet de kommen de hele nacht in de koelkast. Garneer de volgende ochtend de pudding met nog wat plakjes banaan.