

KARAMELOVÝ

Chia pudink



Ingredience

- 80g datlí bez pecek
- 250ml rostlinného mléka
- 60g chia semínek
- 1 kostička 70% hořké čokolády



Postup

Do mixéru nalijte mléko, přidejte 50 g datlí a chia semínka. Mixujte, dokud se datle z větší části nerozmixují a neobarví mléko do lehce nazlátlé barvy. Směs nalijte do sklenic a dejte na chvíli chladit do lednice.

Mezitím vložte do mixéru zbytek datlí (30 g) a zalijte je trochou vroucí vody. Mixujte, dokud nevznikne hladká kaše připomínající karamel.

Chia pudink vyndejte z lednice – měl by už být dostatečně tuhý. Navrch nalijte datlový karamel a nakonec ozdobte rozpuštěnou kostičkou hořké čokolády.