

Chiagrød med banan og chokolade

1 pers.

Mors Mad

mad.winther.nu



Beskrivelse

Dag 1:

Rør græsk yoghurt, chiafrø, havregryn, mælk og vanillesukker sammen i en skål og sæt det på køl i en lufttæt beholder natten over.

Dag 2:

Hak nødderne groft og rist dem på en tør pande. Hak chokoladen groft. Skær bananen i skiver.

Rør grøden igennem. Tilsæt evt. lidt mælk, hvis grøden er for fast. Pynt med banan, ristede hasselnødder og mørk chokolade.

Ingredienser

- 1 1/2 dl græsk yoghurt
- 2 spsk. chiafrø
- 2 spsk. havregryn
- 1/2 dl mælk
- 1/2 tsk. vanillesukker

Topping:

- 1/2 banan
- 2 spsk. ristede hasselnødder
- Mørk chokolade