

FRASCO DE CHÍA CON SMOOTHIE DE MORAS Y NUECES

🍴 2 personas ⌚ 25 minutos ★ Fácil



PARA LA CHÍA

Mezclar los ingredientes.

Poner la mezcla en dos botes y dejar reposar al menos 12h para que se hinche y absorba el líquido.



PARA EL SMOOTHIE



Smoothie

Verter y decorar.

