

## Chia-Mandel-Mango-Pudding



Das perfekte Frühstück oder auch als Snack zwischendurch. Sättigt langanhaltend, einfach zuzubereiten und lecker.

### Zutaten

- 2 EL Chiasamen
- 2 EL gemahlene Leinsamen
- 20g gehackte / gemahlene Mandeln
- 200ml Mandelmilch
- 0,5 Mangos

Chiasamen, Leinsamen und Mandelmilch miteinander verrühren, das Ganze mindestens 10 Minuten oder über Nacht ziehen lassen.

Mango in Würfel schneiden und zusammen mit den Mandeln dazu geben.