



Pudding aux graines de chia et fraises

09/07/2019 à 10h11

Par [Laurence Benedetti](#)

Temps de préparation : 10 min

Pour 4 personne(s)

Ingrédients :

- 20 cl de lait d'amande
- 250 g de fraises du Périgord IGP
- 4 c s de graines de chia
- 1 c à s de jus de citron
- 3 c à s de sirop d'agave
- 20 cl de lait de coco
- Le zeste d'1/2 citron

Préparation :

- Coupez les fraises en dés puis répartissez-les dans 4 verres type verre à tapas. Dans un bol, mélangez le lait de coco, le lait d'amande, les graines de chia, les zestes et le jus de citron ainsi que le sirop d'agave. Le mélange va gonfler en quelques minutes ;
- Versez le pudding sur les fraises. Laissez reposer au frais pendant 5 heures;
- Au moment de servir, décorez avec des fraises coupées en deux.