

# Pudín de Avena, Chia y Crema de Cacahuete

- 3/4 taza de avena cruda
- 2 cucharadas de chía
- 1/2 cucharadita de canela
- Pizca de sal
- 1 taza de leche de almendras (o cualquier leche vegetal)
- 1/2 taza de agua
- 1 cucharadita de extracto de vainilla
- 1 plátano hecho puré (deja un poco para las rodajas del topping)
- 2 cucharadas de crema de cacahuete + 1 1/2 cucharadas de agua para suavizar
- 1-2 cucharadas de miel de maple o agave para endulzar

## TOPPING:

- Chispas de cacao (optional)
- Coco rayado
- Almendras fileteadas
- Rebanadas de plátano

## Preparación

---

- 1.- En un bowl mezcla la avena, chía, canela y sal.
- 2.- Agrega la leche, agua, vainilla y el puré de plátano. Mezcla hasta que se combinen.
- 3.- Agrega la crema de cacahuete previamente suavizada con agua. Puedes agregar más crema de cacahuete como topping.
- 4.- Elige si agregas los toppings cuando termines o en la mañana después de meter el bowl toda la noche al refrigerador. Por lo menos debe estar 4 horas en el refrigerador.