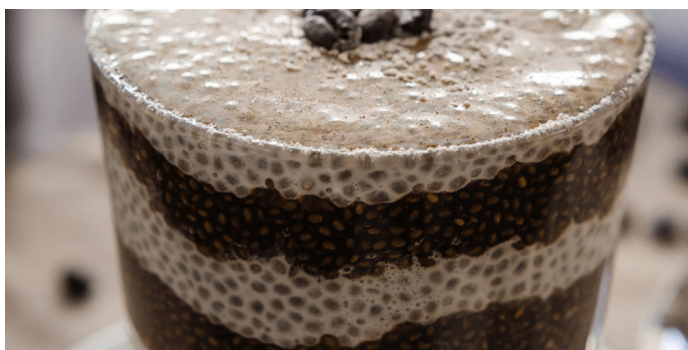


Vanilkové latte s Chia semienkami



Čas prípravy: 35 minút

Druh jedla: Koláče, zákusky a sladké snacky

Ak ste si svoje obľúbené Chia semienka doteraz pridávali iba do rôznych koktailov, recept na vanilkové latte by ste určite mali vyskúšať. Aj keď je tento dezert dosť netradičný, vanilka, škoric a Chia semienka v kombinácii s kávou spolu naozaj výborne ladia.

Suroviny:

2/3 šálky horúcej kávy
z čerstvo pomletých
zŕn

1 ČL javorového
sirupu

2 1/2 PL Chia
semienok

1/3 šálky ovseného
mlieka

1/2 ČL Bourbon
vanilky

štipku soli

štipku mletej škorice

Postup práce:

V miske spolu zmiešame horúcu kávu a javorový sirup, premiešame (miešame dovtedy, kým sa nám sirup nerozpustí). Pridáme Chia semienka, premiešame a dáme vychladnúť do chladničky. Ovsené mlieko sparíme (ako keď si robíte doma Latte), prípadne zohrejeme na sporáku. Pridáme Chia semienka, vanilku, soľ, premiešame a dáme tiež vychladnúť do chladničky. Keď sú vychladené, nalejeme ich do skleného pohára (viď. obrázok), posypeme škoricou alebo pomletou kávou.