

HAZ QUE SEA EL VERANO DE  
TU VIDA

## Postre coco.mango.chía



## Ingredientes

- 1 Coco
- Leche o agua de coco
- Semillas de Chía
- 1/2 Mango
- 1 cuchara de proteína en polvo, sabor neutro.
- Agua mineral

## Elaboración:

1. Mezclamos en la liquidadora el agua de coco, trozos de coco, agua mineral y el polvo de proteína al gusto
2. Pasamos la mezcla por un colador
3. Añadimos semillas de chía
4. Lo dejamos reposar 10 minutos
5. Vertemos la mezcla en un vaso
6. Y finalmente decoramos con el mango cortada a daditos.