

# Pudding aux graines de chia, granola, fraises et mangue



## Ingrédients

- 4 yaourts au soja
- 20 cl de lait d'amande ou de coco
- 1 c. à s. de graines de chia
- 2 c. à s. de sirop d'agave
- 1 mangue
- 1 barquette de fraises gariguettes
- 40 g de granola

## Préparation

- Temps de préparation : 10 minutes
- Temps de repos : 4 heures
- 4 personnes

## Recette

1. Dans un saladier, mélanger les yaourts, le lait d'amande, les graines de chia et le sirop d'agave. Placer au frais 2 heures.
2. Pendant ce temps, découper la mangue en petits cubes.
3. Enquêter et détailler en 4 les fraises après les avoir nettoyées à l'eau froide.
4. Retirer les graines de chia du réfrigérateur. Elles auront doublé de volume.
5. Mettre le granola dans des verres ou des verrines, déposer les graines de chia et finir par les fruits.
6. Réserver de nouveau au frais 2 heures.

Merci au chef [Hervé Fayat](#) pour ce savoureux dessert et retrouvez plein de bonnes idées sur la [Belle Assiette](#).