



## CHIA PUDDING KIWI-MANGUE



Préparation : 20'

Matériel : verrines ou saladier

### Ingrédients pour 2 personnes :

- 2 kiwis
- 1 petite mangue
- 1 yaourt grec
- 1 CS miel liquide
- 1,5 CS de graines de chia

### Préparation

- peler et détailler les kiwis en tranche et la mangue en petits morceaux
- tapisser le fond et les bords de 2 verrines ou bocaux avec la moitié des fruits coupés
- fouetter le yaourt à la grec avec le miel et les graines de chia
- verser sur les fruits
- compléter avec les fruits restants
- mettre le tout au frais pour 2h environ