

RECETTE

Porridge cacao gourmand & équilibré



1 personne

Ingrédients :

- 40g de flocons d'avoine
- 10g de graine de chia
- 100g de de skyr
- 100ml de lait
- 1 dose de cacao gourmand de Bonjour !
- sucrant au besoin

Préparation :

1. Dans un bol, bien mélangez tous les ingrédients ensemble pour obtenir un ensemble onctueux et homogène.
2. Couvrez et mettez au frigo toute la nuit.
3. Le lendemain matin, agrémentez votre porridge avec les toppings de votre choix : rondelles de bananes, framboises, granola, beurre de cacahuètes, noix de coco ...

J'ai récemment découvert Bonjour Drink, une marque qui propose des boissons gourmandes enrichies en plantes, pour allier plaisir et équilibre au quotidien

Leur cacao est naturellement riche en magnésium, parfait pour réduire la fatigue et mieux gérer le stress. Il apporte aussi des antioxydants pour soutenir la santé globale.
Le résultat ? Une boisson réconfortante et fonctionnelle, idéale au petit-déjeuner, en collation, ou même dans vos recettes préférées – smoothies, pancakes, ou desserts gourmands !

Envie de tester ? Profitez de mon code promo : JULIAFRANCISCO pour découvrir cette délicieuse boisson !

