



Porridge de avena, yogur y fruta

Receta para 1 persona

INGREDIENTES

- | | |
|---|---|
| ☐ 1 unidad Yogur natural | ☐ 2 cucharada sopera Cacao en polvo |
| ☐ 3 cucharadas soperas Avena | ☐ 1 cucharada sopera Canela en polvo |
| ☐ 5 unidades Fresas | ☐ 1 cuadrado Chocolate negro (+75%) |
-

PREPARACIÓN

1. Para comenzar, cogemos las fresas, las limpiamos bien con agua y las cortamos en trozos pequeños. Las ponemos en un bol de desayuno.

2. Seguidamente, añadimos el yogur natural y las cucharadas de avena.

3. Añadir el cacao puro y la canela. La canela en polvo la ponemos para rebajar el sabor amargo de cacao puro.

4. Además, le ponemos el cuadrado de chocolate negro de más de 75% de cacao. ¡Y listo!