



Chia Colada

Chia Colada

180 ml Ananassaft

1 Limette (deren Saft)

80 ml Kokos-Creme

2.5 ml BIO PLANÈTE Omega Red

1 Teelöffel Honig bei Bedarf

Crushed Eis

1 Esslöffel Chia-Samen

Zubereitungszeit: 15 min

Gesamtzeit: 15 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 2

Kalorien p.P.: 580 kcal

Chia Colada

1. Ananassaft, Limettensaft, Kokos-Creme und Omega Red in den Stand-Mixer/Shaker geben und mixen.

2. Bedarf mit Honig süßen. Crushed Eis auf die Cocktail-Gläser verteilen und den Chia-Colada eingießen. Mit Chia-Samen bestreuen und mit Ananas dekorieren.

Tipp: Für eine alkoholische Variante empfehlen wir den Ananassaft um 40 ml zu reduzieren und mit 40 ml Rum zu ersetzen.

