

OVERNIGHT OATS TIRAMISÚ

Ingredientes:

- 1/2 taza de leche de avena
- 2 cucharadas de yogurt griego
- 1/2 taza de avena
- 2 cucharaditas de semillas de chía
- 4 gotitas de Natuvia líquido
- 1 cucharadita de extracto de vainilla
- 1 pizca de nuez moscada
- 1 shot de espresso
- 1 cucharada de queso mascarpone
- 1 cucharadita de cacao en polvo

Preparación:

1. Mezclá en un jar, la leche de avena, vainilla, nuez moscada, yogurt, avena, Natuvia líquido y semillas de chía, hasta que la mezcla quede completamente incorporada.
2. Una vez mezclado, agregá el shot de espresso y revolvé bien con la mezcla previa.
3. Agregá encima, queso mascarpone, extracto de vainilla y cacao en polvo como topping.
4. Refrigerá por al menos 3 horas antes de consumir.