**Bowl tropical de Oikos con chía y almendras**

Este bowl tricolor es además de nutritivo, muy colorido y rico porque está hecho con Oikos®. Tres sabores en una sola preparación con todos los beneficios de la chía y las almendras y una interesante combinación de frutas. ¡Prepáralo!

**Rinde:** 4 porciones

**Tiempo de preparación:** 20 minutos

* 2 piezas de yoghurt de nuez Oikos® (150 g c/u)
* 2 cucharadas de chía
* 4 cucharadas de nuez de la India picadas
* 1 pieza de yoghurt natural Oikos® 150 g
* 1 pieza de mango picado
* 1 cucharada de ralladura de naranja
* 1 pieza de yoghurt de arándanos Oikos® 150 g
* 2 cucharadas de arándanos

*Para decorar*

* 4 cucharadas de almendras fileteadas tostadas
* Hojitas de menta

**Modo de preparación**

1. En un bowl, mezcla el yoghurt de nuez Oikos® con la chía y la nuez. Deja reposar en el refrigerador 15 minutos o hasta que se hidrate. Mientras tanto, licúa el yoghurt natural Oikos® con el mango y la ralladura de naranja. Reserva.
2. En un bowl, mezcla el yoghurt de arándanos Oikos® con los arándanos.
3. Sirve las tres combinaciones de yoghurt en bowls, cuidando que se vea la separación de colores. Decora con almendras tostadas y hojitas de menta.