

## Compota de nísperos con Chía y queso crema

### 1 Ingredientes 2raciones

Alimento	Cantidad	Observaciones
Nísperos	15	Deshuesados, pelados y troceados
Orejones	4	Deshidratados y troceados
Queso	4 cuch. 30Gr	Natural para untar/ opción con yogurt
Semillas chía	20gr.	

### 2 Elaboración

Cocinamos a fuego lento los nísperos y los orejones durante 10' +/- Remover para que no se peguen. Trituramos con la batidora agregamos la chía y disponemos en botes encima de la base de queso crema.

Dejar reposar al menos 3h. Para que se hidrate la Chía.

Podemos añadir un topping de frutos secos o de fruta por encima

### 3 Emplatado



## Mizpira konpota Chia eta gazta-kremarekin

1 Osagaiak. 2 errazientzat

Janaria	Zenbatekoa	Oharrak
Mizpirak	15	Hezurgabe, zurituta eta zatituta
Orejoiak	4	Desidratatuta eta zatituta
Gazta	4 koila. 30 gr.	Naturala igurtzeko/ Jogurta aukerarekin
Chia haziak	50 gr.	

2 Elaborazioa

Mizpirak eta orejoiak su motelean prestatzen ditugu 10´+/- irabiatu, elkar ez itsasteko. Irabiagailuarekin txikituko dugu chia gehitu eta potetan jarriko dugu gazta-kremaren oinarriaren gainean.

Utzi gutxienez 3 orduz pausatzen. Chia hidratatzeko. Fruitu lehorren edo fruituen topping bat gehi dezakegu gainera.

3 Plakadura

