REZEPT FÜR HAFERFLOCKEN-GRANOLA-MÜSLI



HAFERFLOCKEN-GRANOLA-MÜSLI

Schwierigkeitsgrad: unkompliziert

für ca. 16 Portionen | 35 Min. | + Abkühlzeit

Zutaten

- 80 g Datteln
- 50 g Aprikosen
- 50 g Sultaninen
- 50 g Chia-Samen
- 100 g ganze ungeschälte Mandeln
- 60 g Kokosraspel
- 100 g kernige Haferflocken
- 1 TL gemahlener Zimt
- 50 g Honig
- 50 g SweetFamily Brauner Zucker
- 50 g Kokosöl

3696

ZUBEREITUNG

1. Backofen auf 160 °C Ober-/Unterhitze (140 °C Umluft) vorheizen. Datteln und Aprikosen grob hacken. Mit Sultaninen mischen. Chia-Samen im Blitzhacker oder in einer kleinen Kaffeemühle mahlen. Mit Mandeln, Kokosraspeln, Haferflocken und Zimt zu den Früchten geben.

2. Honig, braunen Zucker und Kokosöl in einem kleinen Topf bei niedriger Hitze unter Rühren schmelzen. Unter die Nussmischung rühren.

3. Ein Backblech mit Backpapier belegen und die Mischung darauf verteilen. Im heißen Ofen ca. 20 Minuten knusprig backen, zwischendurch einmal wenden. Granola aus dem Ofen nehmen und abkühlen lassen. In luftdicht verschlossene Gläser füllen. Als Müsli mit Milch, Joghurt oder Quark servieren.