

Granola/ Müsli-Mix



Du brauchst:

- 300g feine Haferflocken
- 100g Ruchmehl oder Vollkornmehl
- 25-50g Kokosnussraspeln
- 25-50g Nüsse/ Kernen kleingehackt
- 60g Sonnenblumenöl
- 60g Milch
- 100-200g Honig
- 40-80g Zucker

So geht's:

- Ofen auf 180 Grad C vorheizen
- Alle Zutaten zusammenmischen
- Mit der Hand etwas kneten
- In ein mit Backreinpapier belegtes Blech geben
- In die Mitte des Ofens schieben
- Alle 3-4 Minuten umrühren damit es regelmässig geröstet wird
- Die letzten 5 Minuten häufiger umrühren
- Achtung ! Das Granola soll Goldgelb sein (nicht zu dunkel, sonst wird es bitter)
- Blech aus dem Ofen nehmen und vollständig abkühlen lassen 30-60 Minuten
- In luftdichtem Gefäss bis 4 Wochen haltbar
- Wer noch Getrocknete Früchte dazugeben möchte diese erst in den letzten 5 Minuten der Backzeit dazu geben (sonst verbrennen sie)

