

Selbstgemachtes Granola

Ein selbstgemachtes Granola verleiht dem Brei nochmal eine knackige, besondere Note. Und wie schnell und einfach das hergestellt ist, siehst du hier:

Für mein Granola habe ich verwendet:

- 3 Tassen feine Haferflocken
- 1 1/2 Tassen verschiedene Kerne und Nüsse (Sonnenblumenkerne, Pinienkerne, Sesam, Kürbiskerne, Mandelsplitter usw)
- 1/2 Tasse Kokosraspel
- 1 Prise Salz
- 3/4 Tasse Kokosöl mit einem Schuss Honig (in einem Topf kurz erwärmen, damit es sich schön verteilen lässt)

Die Zutaten werden gut durchgemischt und auf dem Backblech verteilt. Bei 180 ° C Umluft wird das Ganze 15-20 min geröstet. Zwischendrin wenden bzw. durchrühren. Danach abkühlen lassen, jetzt wird das Granola auch erst knusprig. Haltbar ca 2 Wochen.

Das Schöne daran ist, dass die Zutaten je nach Geschmack variiert werden können. Trockenfrüchte können nach dem Rösten noch hinzugefügt werden. Ausserdem kannst du noch zusätzlich wärmende Gewürze wie Kardamom, Zimt oder Vanille hinzufügen.

Jetzt kann der Frühstücksbrei damit verfeinert werden.

