

Basis-Müsli: Granola mit Cranberries und Ahornsirup

Zutaten:

- 100 g zarte Haferflocken
- 300 g kernige Haferflocken
- 100 g gepufftes Quinoa
- 150 g Nusskerne
(Sonnenblumenkerne, Kürbiskerne,
Walnüsse, Mandeln etc.)
- 100 g Rohrzucker
- 3 El Ahornsirup
- 2 El Chiasamen
- 150 g Cranberries



Zubereitung:

1. Den Backofen auf 160 ° C vorheizen. Alle Haferflocken, Quinoa, Nusskerne mit dem Rohrzucker und dem Ahornsirup vermischen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben.
2. Für ca. 30 Minuten im Ofen knusprig backen. Gelegentlich durchmischen.
3. Aus dem Ofen nehmen und die Cranberries untermischen. Abkühlen lassen und mit Joghurt oder Milch genießen.

Tipp:

Das gebackene Müsli könnt ihr etwa drei Wochen aufbewahren, wenn ihr es gut abgekühlt in eine Dose füllt.

