



Granola

Das süchtig machende Knuspermüsli!

Zutaten

- 250 g Haferflocken
- 100 g Mandeln
- 100 g Haselnüsse
- 100 g Buchweizen
- 60 g Sonnenblumenkerne
- 50 g entsteinte Datteln
- 1 TL Zimt
- 1/2 TL Kardamon (gemahlen)
- 1/2 TL Meersalz
- 80 ml Ahornsirup
- 50 ml Kokosöl
-

- Vorbereitung | 5 Minuten
- Backen | 45 Minuten
- Gesamt | 50 Minuten

Zubereitung

- 01** Backofen auf 160 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- 02** Mandeln und Haselnüsse grob hacken und mit den anderen trockenen Zutaten (außer den Datteln) vermengen.
- 03** Falls das Kokosöl fest ist, kurz erwärmen mit dem Ahornsirup mischen, zu den trockenen Zutaten geben und alles miteinander vermischen.
- 04** Alles auf ein Backblech verteilen und auf mittlerer Schiene 20 Minuten backen.
- 05** Datteln klein schneiden und nach 20 Min. Backzeit mit allen anderen Zutaten vermischen. Im Anschluss weitere 10 Min. backen. Zum Schluss noch einmal mit einem großen Löffel alles durchmischen, den Ofen ausschalten und das Blech wieder reinschieben. Bei ausgeschaltetem Ofen das Backblech weitere 15 Min. trocknen lassen (Ofentür einen Spalt offen lassen).