

WINTERLICHES KNUSPER GRANOLA HIMMLISCH ZUM FRÜHSTÜCK

FÜR 4 PORTIONEN

ZEIT 30 Minuten

ZUTATEN:

70 g ganze Mandeln
50 g Cashewnüsse
70 g Haselnüsse
40 g getrocknete Cranberries
40 g ungekochtes Quinoa
250 g kernige Haferflocken
3 EL natives Kokosöl
4 EL Ahornsirup
½ TL Brecht Ingwer gemahlen
4 ML* Brecht Innere Ruhe
1 Prise Brecht Bourbon Vanille gemahlen
* Ein Messlöffel ist dem Produkt INNERE RUHE beigefügt.



ZUBEREITUNG

1. Backofen auf 160° C vorheizen.
 2. Die Mandeln, Cashewnüsse und Haselnüsse grob hacken.
 3. Alle trockenen Zutaten außer den Gewürzen in eine große Schüssel geben und gut vermengen. Ja, das Quinoa wird ungekocht verwendet.
 4. Kokosöl erwärmen und mit dem Ahornsirup und den Gewürzen gut verrühren. Über die trockenen Zutaten gießen und alles (am besten mit den Händen) gut vermischen.
 5. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech geben und ca. 20-25 Minuten bei 160° C backen. Nach ca. 10 Minuten das Blech kurz rausnehmen und umrühren, damit alles gleichmäßig röstet.
- Tipp:** Zum Frühstück oder als Topping auf Desserts... einfach himmlisch. Hält sich kühl und dunkel gelagert und gut verschlossen in einer Dose bis zu 6 Wochen, wenn es nicht vorher schon vernascht wurde.