

LEBKUCHEN GRANOLA



ZUTATEN:

für ca. 6-8 Portionen

100 g Haferflocken

40 g Leinsamen (geschrottet)

10 g Chia Samen

70 g Nussmix (oder Mandeln)

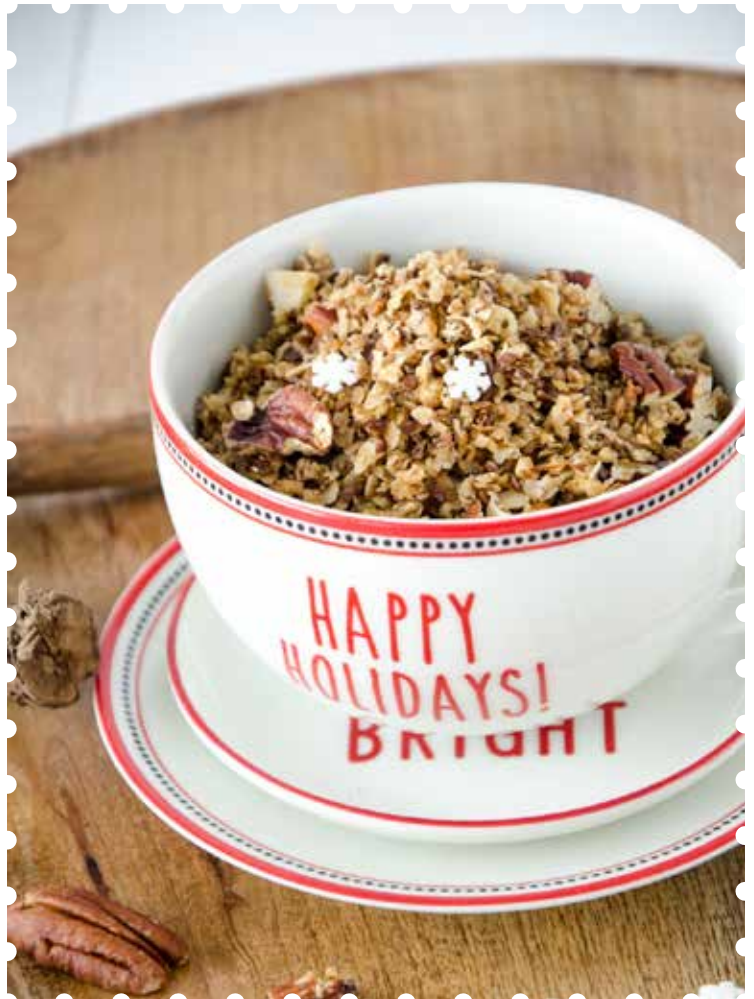
30 g neutrales Öl

40 g Honig

1 Prise Salz

1/2 TL Lebkuchengewürz

etwas Zimt



ZUBEREITUNG:

Den Nussmix (oder die Mandeln) im Speedy Boy von Tupperware bzw. mit dem Messer etwas zerkleinern. Nicht zu fein mahlen, es sollen ruhig noch größere Stücke über bleiben.

Alle Zutaten in eine Schüssel geben und mit dem Honig und dem Öl mit einem Kochlöffel gut vermischen. Auf ein Backblech geben und ca. 15 Minuten bei 180 Grad Ober- und Unterhitze „rösten“. Nicht vergessen immer wieder mal umzurühren, damit nichts verbrennt!!!

Zum Ende immer ein Auge auf das Granola werfen, es kann oft schnell gehen, dass es bräunt. Je nach Ofen kann das Granola noch etwas länger dauern, oder auch nicht. Deswegen unbedingt darauf achten. Wenn es schön gebräunt aussieht, einfach rausnehmen.

Abkühlen lassen.

In verschließbare Schraubgläser abfüllen! Nicht zu lange aufbewahren, frisch schmeckt es einfach am besten!