

ANIA STARMACH

Domowa granola

Co kupić?

- 1 szklanka płatków owsianych
- 2 łyżki miodu
- 2 łyżki ziaren słonecznika
- 4 łyżki rodzynek
- 4 łyżki orzechów włoskich
- 4 łyżki suszonej żurawiny
- 4 łyżki orzechów łuskanych laskowych
- 6 suszonych moreli
- 0.5 łyżeczki cynamonu
- 0.5 łyżeczki mielonego imbiru
- szczypta gałki muszkatołowej

Jak przygotować?

1. Piekarnik rozgrzej do temperatury 160 st. C.
2. Orzechy i morele posiekaj, następnie wraz z pozostałymi składnikami wysyp na blachę wyłożoną papierem do pieczenia, dokładnie wymieszaj i równomiernie rozłóż.
3. Wstaw do rozgrzanego piekarnika na 25 minut, kilka razy wymieszaj całość, tak aby wszystkie składniki równomiernie się podpiekły.
4. Część granoli możesz zjeść od razu z jogurtem lub mlekiem, a pozostałą ilość przełóż do szczelnej puszki, przechowuj nie dłużej niż 2 tygodnie.