

Kokos-Ananas-Granola I vegan

○ Leicht

Zutaten für 1 Personen

Zubereitungszeit:

Arbeitszeit: 10 Min.

Vorbereitungszeit: 5 Min.

Kochzeit: 20 Min.

180 g	Haferflocken
100 g	Mandeln
70 g	Sonnenblumenkerne
80 g	Cashewkerne
60 g	Bio-Kokosöl
100 g	getrocknete Ananas
40 g	getrocknete Cranberries
100 g	Bio Kokoschips „Sweet Blossom“
2 EL	Bio Kokosblütensirup
1	Vanilleschote

1

Das Vanillemark aus der Schote schaben und mit Haferflocken, Kernen und Trockenfrüchten in eine Schüssel geben.

2

Kokosöl im Wasserbad schmelzen, den Kokosblütensirup unterrühren, in die Schüssel geben und gut in die Granolamischung einarbeiten.

3

Die Granolamischung auf einem, mit Backpapier ausgelegten, Backblech verteilen und im vorgeheizten Ofen bei 170°C (Ober-/Unterhitze) 20 Minuten backen.

4

Zwischendurch immer wieder mit dem Spatel wenden, damit das Granola nicht anbrennt.

5

Das fertige Granola aus dem Ofen nehmen, abkühlen lassen und die Kokoschips darunter mischen. In ein Vorratsglas füllen und lichtgeschützt lagern.