

Granola selbst gemacht

Zutatenliste für ca. 10 Portionen

- 2 Tassen Flocken (Haferflocken, Hafernüssli, Cornflakes, Hirseflocken usw.)
- 1/2 Tasse Nüsse oder Mandeln
- 1/4 Tasse Kerne (ich nehme Sesam, Leinsamen geschrotet und Sonnenblumenkerne)
- 1/2 Tasse getrocknete Früchte
- 1 Prise Salz
- 2-3 Esslöffel Honig (es geht auch Zucker, Birnel, Ahornsirup usw.)
- 2 Esslöffel Öl (ein eher neutrales nehmen, oder was da ist)
- 1 Teelöffel Vanilleextrakt

Was wir auch brauchen

- Rüstbrett, Schüssel und grosses Messer
- 1 Tasse zum Abmessen
- 1 Backblech mit Backpapier ausgelegt und eine Kelle zum Wenden

Vorgehen

1. Trockenfrüchte klein würfeln. Die getrockneten Beeren beiseite stellen. Die Nüsse grob hacken. Die restlichen Zutaten abmessen und alles in die Schüssel geben und gut mischen.
2. Masse aufs Backpapier geben und gut verteilen. Bei 160° Grad für 20-30 Minuten rösten. Nach 10 Minuten die Masse wenden.
3. Masse auskühlen lassen, Beeren begeben und gut durchmischen. Nach dem vollständigen Erkalten kann das Granola hübsch verpackt werden und fertig ist das Geschenk.

Verwendung und Varianten

- Ich habe Kokosöl (ja ich weiss, nicht über alle Zweifel erhaben) verwendet, weil das grad da war und habe noch 2 Esslöffel Kokosflocken beigelegt.
- Bei den Trockenfrüchten haben wir selber getrocknete Apfelstücke klein geschnitten und beigegeben und getrocknete Erdbeeren. Bei uns im [Naturlade Wald](#) hat es eine wunderbare Auswahl an Trockenfrüchten und getrockneten Beeren, wie auch an Flocken.
- Es kann wirklich nach Lust und Laune zusammengemischt werden. Für die Schokoladentiger können nach dem Erkalten sogar Schokoladenspähne oder Schokoladenwürfeli beigegeben werden.