

Lorenz SNACKS FOOD & DRINKS

600g Granola

25 min

Zutaten:

- 1 Pkg. Lorenz Cashew -Cranberry Mix {entspricht 150g}
- 100 g Ananas {getrocknet}
- 350 g Vollkornhaferflocken
- 2 EL Sesam
- Mark einer Vanilleschote
- ¼ TL Zimt
- 3 EL Honig
- 80 ml Kokosöl {geschmolzen}
- 250 g Naturjoghurt {pro Person}



Zubereitung:

Die Cranberries und die Cashews voneinander trennen. Die Cranberries und die getrockneten Ananas-Stücke in eine Schüssel geben und beiseite stellen. Die Vollkornhaferflocken, die Cashewnüsse, den Sesam, das Mark einer Vanilleschote und den Zimt miteinander vermischen und den Honig und das Kokosöl unterrühren. Die Mischung auf einem Blech verteilen und bei 175° Grad für 15-20 min im vorgeheiztem Backofen rösten. Auskühlen lassen {durch das Auskühlen wird das Granola wieder fest}. Abschließend die Cranberries und Ananas untermischen. Das Früchte Granola in Gläser portionieren. Joghurt mit einer Faust Granola und einem Klecks Schwarzbeer-Marmelade toppen und servieren.

TIPP: Je nach Geschmack können unterschiedliche Nuss-Früchte Mix verwendet werden.

