

Lorenz SNACKS FOOD & DRINKS



Nuss – Müsliriegel

ca. 24 Stk | 25 Minuten

Zutaten:

- 200 g Haferflocken
- 20 g gemischte Samen {Leinsamen, Chia, Sesam, ...}
- 5 EL Quinoapops
- 300 g Lorenz Studentenfutter Deluxe
- 1 Hand voll Kokosflocken
- Etwas Zimt
- 1 Prise Salz
- 45 ml Kokosöl
- 200 g Honig



Zubereitung:

Alle trockenen Zutaten miteinander vermengen. Das Kokosöl schmelzen, den Honig einrühren und über die trockenen Zutaten geben. Gut durchmischen.

Die Masse in eine mit Backpapier ausgelegte Auflaufform streichen und im vorgeheizten Backofen bei 170°C für rund 15 bis 20 Minuten goldgelb backen.

Die Masse sofort nach dem backen noch heiß in Riegel schneiden. Solltest du die Masse in Riegelformen gebacken haben, unbedingt nach dem Backen darin auskühlen lassen.

Die Riegel ganz auskühlen und damit fest werden lassen.