



Granola med mandler og tranebær

Ingredients

- ♥ 500 g havregryn
- ♥ 100 g solsikkekjerner
- ♥ 100 g gresskarkjerner
- ♥ 75 g fint hakkede mandler
- ♥ 75 g brunt sukker
- ♥ 100 g flytende honning
- -
- ♥ 100 g tranebær
- ♥ 100 g tropisk fruktblanding



Instructions

Bland de tørre ingrediensene med flytende honning.

Ha blandingen utover en stekeplate og stek den midt i ovnen ved 180°C i ca. 30 minutter.

Blandingens vendes hvert 10. minutt med en stekespatel for å unngå at den blir brent.

Ta granolaen ut av ovnen, avkjøl og tilsett tørket frukt til slutt.

Tips

- ♥ Ferdig granola kan oppbevares tørt på glass eller i en krukke.
- ♥ Oppskriften er merket vegansk, men husk at ikke alle veganere spiser honning. Som alternativ kan man f.eks. bruke samme mengde lønnesirup. Server da for eksempel med havremelk eller mandelmelk.

Source URL: <http://dev.detsoteliv.no/en/node/22620>