



Knuspriges Granola aus der Pfanne

Schnell & lecker - 1.3 €/Portion - vegan 

2-3 Portionen | Zubereitungszeit: 30 min | Arbeitszeit: 10 min | Ausrüstung: Beschichtete Pfanne

Zutaten Granola

100 g	Haferflocken - <i>kernige oder Dinkelflocken</i>
80 g	Nüsse - <i>gehackt oder ganz</i>
80 g	Kerne - <i>Kürbiskerne & Sonnenblumenkerne</i>
3 EL	Ahornsirup
50 g	Trockenfrüchte - <i>optional Rosinen oder Sauerkirschen</i>

Zutaten Gewürze

Prise	Zimt
Prise	Vanille oder Kardamon

Zubereitung

1. **Flocken, Nüsse & Kerne** in einer beschichteten Pfanne auf mittlerer Temperatur anrösten. (Ohne Öl)
2. **Ahornsirup** dazu geben und unter ständigem Rühren das Granola schön braun rösten. Nach ein paar Minuten und der gewünschten Bräune leicht Festdrücken und zur Seite stellen.
3. Das Granola abkühlen lassen, erst hier wird es richtig knusprig. Nach circa 20 Minuten kannst du optional **Trockenfrüchte** drüber streuen und alles in einem sauberen großen Glas verschlossen aufbewahren (bis zu einer Woche) oder direkt verputzen.

Zum vollständigen Rezept: Knuspriges Granola

Mit auditive Koch-Begleitung, Kostenaufstellung & Einkaufsliste, Video-Zubereitungsschritte, Alternative Zutaten, Ideen zum Selbermachen & No Waste und unsere Granola-Bilder.

