

Weihnachtliches Granola



Zutaten für 600 g Granola:

- 250 g Haferflocken, kleinblättrig
- 150 g Dinkelflocken
- 100 g gehackte Walnüsse
- 20 g Hanfsamen
- 80 g Apfelringe ungezuckert (weich)
- 1 mittelgroßer Apfel
- 2 TL Zimt
- 1/4 TL Kardamom
- 1/4 TL Nelkenpulver

Zubereitung:

Das Backrohr auf 170°C Ober- und Unterhitze vorheizen. Haferflocken, Dinkelflocken, gehackte Walnüsse, Hanfsamen und die Gewürze in eine große Schüssel geben. Die Apfelringe in kleine Stücke schneiden und ebenfalls begeben. Den Apfel samt Schale mit einer sehr feinen Reibe raspeln. Diesen Apfelbrei gleichmäßig unter die Flockenmischung rühren und mit den Händen etwas andrücken. Die Müslimischung auf Backpapier verteilen und für 10 Minuten backen. Anschließend mit einem Kuchenheber oder Küchenfreund wenden und weitere 10 Minuten knusprig backen. Am Backblech auskühlen lassen. Das fertige Müsli in Gläser füllen.

So schmeckt's am besten

Einfach ca. 70 g Müslimischung mit 200 ml Milch / Wasser / Haferdrink vermengen und entweder kalt durchziehen (z.B. über Nacht) oder warm aufkochen lassen und mit einem Stück frischen Apfel und etwas Zimt garnieren. Schmeckt auch mit Joghurt wunderbar.

Noch ein Extra-Tipp – weiche Apfelringe selber machen

Den Strunk der Äpfel entfernen (z.B. mit einem Apfelentkerner) und die Äpfel danach in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Die Scheiben in kaltes Zitronenwasser tauchen und auf einem Rost verteilen. Im Ofen bei 50 °C für ca. 3-4 Stunden trocknen. Das Backrohr einen Spalt offenlassen, damit die Feuchtigkeit austreten kann.