

Selbstgeröstetes Müsli

Gusseiserne Pfanne



leicht, schnell & einfach

by Britta

Britta Tegtmeier

Britta.Tegtmeier@web.de

0174/1834114

100 g Haferflocken
100 g Nüsse nach Wahl
25 g Mandeln gehobelt
25 g Kürbiskerne
25 g Sesam
25 g Sonnenblumenkerne
2 EL Ahornsirup
1 TL Zimt

Edelstahlpfanne auf mittlerer Hitze vorheizen. Dann alle Zutaten bis auf den Zimt in die Pfanne fügen und ca. 10 Min rösten. Zwischendurch bitte rühren so dass nichts anbrennt. Zum Schluss den Zimt dazu tun und das Müsli abkühlen lassen.

Guten Appetit