

Selbstgemachte Müsliriegel

Zutaten

- 1 Banane
- 40g Himbeeren, gefriergetrocknet
- 200g Kellogg´s Crunchy Müsli Fruit
- 200g Haferflocken, fein
- 30g Amaranth, gepufft
- 120g Honig
- 5g Zimt, gemahlen

Zubereitung

-Backofen vorheizen (Ober-/Unterhitze: 135 °C/ Umluft: 110 °C). Banane schälen, in eine Schüssel geben und mit der Gabel zerdrücken. Anschließend mit den übrigen Zutaten ordentlich vermengen.

-Müslimasse auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben und zu einem ca. 18 x 24 cm großen Rechteck formen und im heißen Ofen ca. 1 Stunde backen.

-Müslimasse in kleine Riegel schneiden, in Butterbrotpapier verpacken oder direkt verzehren.

Guten Appetit!

