

Müsliriegel selbstgemacht

Zutaten:

4 Tassen Haferflocken (ca. 500gr.)
1 Tasse Sonnenblumenkerne
1 Tasse Sesamkörner
1 Tasse gehackte Haselnüsse
1 Tasse Mandelstifte
1 Teelöffel Zimt

Außerdem:

½ Tasse Öl
1 Tasse Honig
150 gr. Zartbitter Schokoladenkuvertüre zum Bestreichen

Materialliste:

1x Tasse
1x große Schüssel
1x kleiner Kochtopf
1x großer Kochtopf
1x kleine Schüssel, die man in den großen Kochtopf hängen kann
1x Kochlöffel
1x Backblech
Backpapier

Zubereitung:

Ofen auf 175 Grad Celsius vorheizen. Alle Zutaten in eine Schüssel geben und gut mischen. Öl und Honig erwärmen, unter der Masse verteilen und festdrücken. Als eine Masse glattstreichen.

Bei ca. 175 Grad Celsius ca. 15 Minuten backen. In der Zwischenzeit die Kuvertüre im Wasserbad schmelzen. Wenn die Masse abgekühlt ist, mit der Schokoladenkuvertüre bestreichen. Sobald die Schokolade fest ist in Streifen schneiden.