



• homemade • Knuspermüsli

200 g Haferflocken • 1 Prise Zimt
200 g gehackte Nüsse • 1 Prise Salz
50 g Sonnenblumenkerne
2 EL Honig • 4 EL Kokosöl
100 g getrocknete Früchte

Haferflocken, gehackte Nüsse, Zimt & Salz mischen
Kokosöl mit dem Honig erwärmen
mit der Nussmischung gut vermischen
im vorgeheizten Ofen bei 180°C
ca. 10 Minuten backen.

mos greenhouse
2020