

Chrunchy-Müsli aus Nüssen

Zutaten

- 100 g Cashews
- 200 g Walnüsse
- 100 g Paranüsse
- 100 g Mandeln
- 2 Banane
- Saft von 1 Zitrone
- 100 g gemahlene Mandeln
- 4 EL Chiasamen
- 4 EL Kokosraspel
- 2 gute TL Zimt



Zubereitung

1. Ofen auf 150 Grad vorheizen.
2. Alle Nüsse in der Küchenmaschine fein hacken
3. Bananen mit einer Gabel in einer Schüssel zerdrücken. Zitronensaft hinzugeben und gut vermengen
4. Erst die gehackten Nüsse in die Schüssel, dann die gemahlene Mandeln, Chiasamen und die Kokosraspel hinzugeben. Zimt untermischen.
5. Nussmasse mit einem Löffel vermengen.
6. Die Nussmasse auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech verteilen. Dabei darauf achten, dass die Masse möglichst flächig zusammenbleibt, so dass man sie später in grobe Stücke teilen kann.
7. Müsli für 45 Minuten in den Ofen geben, dabei einmal umschichten.

Dazu passt

- Mandelmilch
- Sojamilch