

Weihnachtsmüsli

Zutaten

- 250 g Getreideflocken
- 50 g Sonnenblumenkerne (oder Kürbiskerne, Leinsamen, ...)
- 100 g gemahlene Nüsse (z.B. Haselnüsse, Walnüsse, Mandeln, ...)
- 1 TL Zimt
- 2-3 EL Honig
- 2 EL Öl

Zubereitung

Alle Zutaten gut vermischen und ca. 10 Minuten durchziehen lassen. Auf einem mit Backpapier belegten Blech verteilen und bei 140°C ca. 15-20 Minuten knusprig rösten. Ev. dazwischen einmal wenden.

TIPP

In einem schönen Glas perfekt geeignet als kleines kulinarisches Weihnachtsgeschenk.

Weitere Rezepte sowie Infos und Tipps finden Sie auf www.gesundes-oberoesterreich.at



Gesundes

