

Weihnachtsmüsli

| | | |
|-----|-------|----------------|
| 1/4 | Tasse | Öl |
| 125 | g | Margarine |
| 1 | EL | Rübensirup |
| 1/2 | EL | Vanillezucker |
| 1/2 | Tasse | brauner Zucker |
| 1/2 | Tasse | Honig |
| 1/4 | TL | Salz |

Alles in einem Topf auf dem Herd unter Rühren schmelzen und ein klein wenig abkühlen lassen.

| | | |
|-----|-------|---------------------------------|
| 500 | g | grobe Haferflocken |
| 1/4 | Tasse | Sesam |
| 1/2 | Tasse | geraspelte Nüsse |
| 1 | Tasse | Grape Nuts (Rezept siehe unten) |
| 1/2 | Tasse | Weizenkeime |
| 250 | g | geraspelte Kokosnuss |
| 1/2 | Tasse | Sonnenblumenkerne |

Alle Zutaten zusammenmischen und dann die abgekühlte Flüssigkeit gut untermischen. Danach das Müsli auf ein tiefes Backblech geben und so lange im Ofen bei

175° rösten, bis es die gewünschte Bräunungsstufe erreicht hat. Zwischendrin das Müsli jedoch immer wieder durchmischen, so dass auch alle Zutaten gleichmäßig geröstet werden und nicht verbrennen.

Das Müsli beim Auskühlen auch regelmäßig wenden, damit keine größeren Klumpen entstehen. Wer möchte, kann nach dem Erkalten auch noch Rosinen, Zimt, Nelkengewürz etc. untermischen.

Viel Spaß und guten Appetit

Grape Nuts

| | | |
|------------|---------------|----------------------------------|
| <i>1,5</i> | <i>Tassen</i> | <i>Vollweizenmehl</i> |
| <i>1/4</i> | <i>Tasse</i> | <i>Weizenkeime</i> |
| <i>1/2</i> | <i>Tasse</i> | <i>brauner Zucker oder Honig</i> |
| <i>1</i> | <i>Tasse</i> | <i>Buttermilch</i> |
| <i>1/2</i> | <i>TL</i> | <i>Backpulver</i> |
| <i>1</i> | <i>Prise</i> | <i>Salz</i> |

Zutaten glatt rühren und auf ein Blech streichen.

25-30 Minuten backen

Solange es noch warm ist, in kleine Stücke brechen. Ganz kurz im Mixer hacken oder mit einem Hobel zu „Streusel“ verarbeiten.

Streusel nochmals bei 120° 20-30 Minuten rösten