

Müsliriegel

Zutaten:

120 g Haselnüsse

1 TL Vanillezucker

40 g Honig

1 Dose gezuckerte Kondensmilch

110 g Haferflocken kernig

110 g Haferflocken fein

¼ TL Salz



Nach Belieben:

- 80 g Kokos,
- 50 g Sesam,
- 80 g Sonnenblumenkerne,
- 90 g getrocknete Früchte (Aprikosen, Rosinen, Feigen, Datteln, ...)

Zubereitung:

Alle Zutaten vermengen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech verteilen.

Die Masse auf dem Blech fest andrücken.

Bei 150 °C Heißluft ca. 30-35 Minuten backen.

Erkaltet in Würfel schneiden.