LINDA BEN

Heimagert granóla með sykurlausu súkkulaði



Eldunartími

30 mín

Erfiðleikastig

Auðvelt

Fjöldi

0

Lýsing

Þetta heimagerða granóla með sykurlausu súkkulaði er eitthvað allt annað gott! Það er æðislegt til dæmis ofan á acai smoothie skálina, ofan á skyrið eða bara hverju sem þér dettur í hug.
Þetta granóla er stökkt og gott. Það inniheldur hafra, möndlur, kókosflögur, kakó og hörfræjum. Það er sætt með hlynsírópi sem stuðlar einnig að því að það límist saman og verður extra krönsí. Það sem gerir það svona extra gott er samt klárlega sykurlausa rjómasúkkulaðið
Granóla er ík uppspretta af trefjum fullkomið sem toppur þegar maður vill hafa skálina extra bragðgóða.

Heimagert granóla með sykurlausu súkkulaði

- 500 g hafrar
- 100 g möndlur
- 50 g hörfræ
- 100 g ristaðar kókosflögur
- 1 1/2 msk Síríus sælkerabaksturs kakóduft
- 100 g kókosolía
- 1 dl hlynsíróp
- 100 g rjómasúkkulaði án viðbætts sykurs

Aðferð:

1. Kveikið á ofninum og stillið á 180°C.
2. Saxið möndlurnar gróft niður.
3. Setjið hafra, söxuðu möndlurnar, hörfræ, kókosflögur og kakó í skál. Blandið öllu vel saman.
4. Bræðið kókosolíuna og hellið yfir ásamt hlynsírópi, blandið öllu vel saman.
5. Setjið smjörpappír á ofnskúffu og hellið blöndunni á smjörpappírinn. Takið stóran spaða og pressið blönnduna þétt niður. Bakið inn í ofni í u.þ.b. 20 mín.
6. Leyfið blöndunni að kólna alveg í ofnskúffunni að stofuhita. Takið svo spaða og brjótið granólað létt í sundur.
7. Skerið sykurlausa rjómasúkkulaðið niður og bætið út á granólað, setjið það í þægilegt ílát.

Ef þú prófar þessa uppskrift þá þætti mér svo vænt um að heyra frá þér! Skildu eftir skilaboð hér fyrir neðan, eða taktu mynd og merktu mig á Instagram @Lindaben
Fylgistu með á Instagram!
Fylgstu með á Tiktok!
Njótið vel!
Ykkar

Hráefni

—

Leiðbeiningar

1.