

Nah&Frisch

Professional

Knuspermüsli

Dessert

Herbst

Kalte Küche

Vegetarisch

Winter

Zubereitung

Schwierigkeit: ● ● ○ ○ ○

Das Eiweiß mit der Prise Salz steif schlagen. Ofen auf 150 °C Ober- und Unterhitze vorheizen. In einer Schüssel Haferflocken, Mandeln, Weizenkleie, Zucker und Zimt mischen. Öl, Honig und Eischnee zu den trockenen Zutaten geben und alles gut vermengen.

Müslimasse auf ein mit Backpapier belegtes Blech verteilen und auf der mittleren Schiene etwa 35 bis 40 Minuten backen. Abkühlen lassen und das Müsli in Stückchen brechen. In einem luftdicht verschließbaren Glas oder Behälter lagern.

Dazu passt perfekt Danone Activia Joghurt Natur oder Erdbeere.



Zutaten

1 Eiweiß

1 Prise Salz

300 g Haferflocken

100 g gehackte Mandeln
oder

Nüsse

20 g Weizenkleie

30 g brauner Zucker

2 TL Zimt

40 g Sonnenblumenöl

70 g Honig