




## Domowe musli

 Agnieszka Strużyna


Polecane na: [desery](#), [lunchbox](#), [przystawki i przekąski](#), [śniadanie](#)

Kuchnia (region): [arabska](#)

### Warto wiedzieć:

 50 min

 łatwy

 1 porcja

### Składniki:

Płatki owsiane - 3 szklanka	Ciepła woda - 3 łyżka
Orzechy laskowe - 3/4 szklanka	Sól - szczypta
Wiórki kokosowe - 3/4 szklanka	Rodzyнки - garść
Brazowy cukier - 1/4 szklanka	Suszona żurawina - garść
Miód - 1/3 szklanka	Nasiona chia - 2 łyżeczka
Olej kokosowy - 1/3 szklanka	

**Dodatkowe info:** Musli jest pyszne z mlekiem, ale również na sucho jako przekąska.

### Sposób przygotowania:

**KROK 1:** Orzechy kroimy na mniejsze kawałki.

**KROK 2:** Płatki, orzechy, cukier, sól i wiórki mieszamy razem.

**KROK 3:** W szklance mieszamy olej kokosowy (najlepiej, by zrobił się chociaż trochę płynny) z miodem i wodą.

Gdy płynne składniki połączą się, zalewamy nimi suche i mieszamy dokładnie, aż wszystko ładnie się wchłonie.

**KROK 4:** Piekarnik nastawiamy na 140/150 stopni Celsjusza.

Nasze musli wykładamy na papierze do pieczenia na blachę i rozkładamy je równomiernie.

Wkładamy do piekarnika i prażymy na złoty kolor przez około 40 minut. Co 10 minut szpatułką "mieszamy" je, by wszystkie płatki zrobiły się złote mniej więcej jednakowo. Trzeba dokładnie patrzeć, czy z jednej strony piekarnika nie praży się szybciej, by nie spalić ani ziarenka.

Gdy nasze musli nabierze złotego koloru wyłączamy piekarnik i odstawiamy w jakimś naczyniu, by chwilę przestygło.

**KROK 5:** Gdy musli będzie zimne dodajemy do niego rodzyнки, żurawinę i nasiona chia. Przekładamy do słoika.