




Granola kokosowo-migdałowa

 My Chcemy Jeść

Polecane na: [śniadanie](#)

Warto wiedzieć:

 40 min

 łatwy

 1 porcja

Składniki:

płatki owsiane - 1 szklanka

wiórki kokosowe - 1/2 szklanka

płatki migdałowe - 6 łyżka

napar z lipy lub woda - 30 ml

miód - 1 łyżka

Sposób przygotowania:

KROK 1: W naparze z lipy lub w wodzie rozpuszczamy łyżkę miodu. Płatki owsiane mieszamy z wiórkami kokosowymi, płatkami migdałowymi i siemieniem lnianym. Dodajemy napar z lipy z miodem i dokładnie mieszamy.

KROK 2: Całość równomiernie rozsypujemy na blasze, wyłożonej papierem do pieczenia. Wstawiamy do piekarnika nagrzanego na 170 stopni i pieczemy 30 minut, ale co 10 minut płatki należy zamieszać. Następnie studzimy i przekładamy do szczelnego słoika lub pojemnika. Zjadamy na śniadanie z mlekiem lub jogurtem.