Domowe musli w stylu eko

Na widelcu

Polecane na: **śniadanie**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

30 min

łatwy

6 porcji

Składniki:

- orzechów włoskich - 1 garść
- orzechów laskowych - 1 garść
- rodzynki - 1 garść
- kokos suszony - 3 łyżka
- wiórki kokosowe - 3 łyżka
- płatki owsiane - 3 łyżka
- ziarna słonecznika - 1 garść
- pestki dyni - 1 garść
- cynamon - 1 łyżka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Orzechy obieram ze skorupek. Wszystkie oczyszczam, wkładam je do miseczki. Dodaję do niej suszonego kokosa (połamanego wcześniej w kawałki), płatki owsiane, ziarna słonecznika, wiórki kokosowe, pestki dyni. Nakładamy wszystko na blaszkę. Posypuję równomiernie cynamonem. Piekę 10 minut w 180 st, co jakiś czas mieszając (co 3-5 minut). Wyjmuję musli z piekarnika, dodaję rodzynki. Mieszam. Trzymamy w szczelnym pojemniku.