

QUICK, EASY, AND OH-SO-YUMMY

# HOMEMADE GRANOLA



[www.eatwithd.com](http://www.eatwithd.com)

# Υλικά

- 3 φλ. νιφάδες βρώμης
- 1/2 φλ. μικρά αμύγδαλα
- 1/2 φλ. ψιλοκομμένα καρύδια
- 1/2 φλ. κολοκυθόσποροι
- 1/2 φλ. cranberries & μαύρες σταφίδες
- 2 κσ. τριμμένο λιναρόσπορο
- 1 κσ. σπόρους chia
- 1 κσ. κανέλα
- 1/4 φλ. λάδι καρύδας
- 1/2 φλ. μέλι (ή σιρόπι σφενδάμου)
- 1 κσ. εκχύλισμα βανίλιας

# Εκτέλεση

- Προθερμάνετε το φούρνο σας στους 150 C .
- Σε ένα μεγάλο μπολ,ρίξτε τη βρώμη, τα αμύγδαλα, τα καρύδια, τους κολοκυθόσπορους, την κανέλα, τους σπόρους chia και τους λιναρόσπορους και ανακατέψτε τα καλά (στερεο μείγμα).
- Σε ένα μπολ ανακατεύουμε μαζί το λιωμένο λάδι καρύδας, το μέλι και το εκχύλισμα βανίλιας (υγρό μείγμα).
- Ρίξτε το υγρό μείγμα στο ξηρό μείγμα και ανακατέψτε καλά.

# Εκτέλεση

- Ρίξτε την γκρανόλα πάνω σε ένα αντικολλητικό χαρτί μέσα σε ένα μεγάλο ταψί και απλώστε την απαλά.
- Ψήνουμε στους 150C για 15-18 λεπτά μέχρι να πάρει ένα ελαφρύ καφέ χρώμα , αλλά όχι σκούρο.
- Βγάλτε το ταψί από το φούρνο και πασπαλίστε με τα αποξηραμένα cranberries και τις μαύρες σταφίδες.
- Αφήστε την γκρανόλα να κρυώσει μέσα στο ταψάκι μέχρι να φτάσει σε θερμοκρασία δωματίου και σπάστε την σε μικρότερα κομμάτια.
- Αποθηκεύστε την σε ένα βάζο.
- Καλή σας απόλαυση.