

HEUTE WIRD GEBACKEN ☺ habt ihr Lust auf ☺
... Selbstgemachte Müsliriegel ...

ca. 20 Stück

75 g getrocknete Aprikosen
50 g Sonnenblumenkerne
50 g gehackte Mandeln
250 g feine Haferflocken
200 g grobe Haferflocken
2-3 EL Zitronensaft
150 g (brauner) Zucker
50 g Honig
250 g Butter

Backofen auf 160 Grad

1. Aprikosen hacken,
Butter schmelzen,
Alle Zutaten gut vermengen.
2. Backblech mit Backpapier
auslegen und die Masse
gleichmäßig ca. 1 cm dick
verteilen.
3. Im heißen Backofen
25 Minuten goldbraun
backen.
In 20 Riegel schneiden
und abkühlen lassen.

Die Riegel sind im Kühlschrank
2 Wochen haltbar.

Statt Aprikosen kann man auch Datteln oder
Feigen nehmen. Man kann gut variieren
und das nehmen, was im Schrank ist.
Lapt es euch schmecken! Sandra ♡

