

- [Schulaktion Gesunde Pause](#)
- [Rezepte](#)
- Granola mit Mandeln und Kürbiskernen

Granola mit Mandeln und Kürbiskernen



Zutaten für eine Vorratsmischung:

- 200 g Mandeln
- 100 g Mazola® Rapsöl
- 500 g Kölln Bio Haferflocken kernig
- 50 g Kürbiskerne
- **100 g Ahornsirup**

Zubereitung:

Mandeln grob hacken. Alle Zutaten in eine große Schüssel geben und gut vermengen. Die Masse auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben, gleichmäßig verteilen, leicht festdrücken und backen. Danach auskühlen lassen und in Stücke brechen. Das Granola hält sich in einem verschließbarem Schraubglas ca. 2 Wochen.

Ober-/Unterhitze: 180 °C

Umluft: 160 °C

Backzeit: ca. 25 Minuten

