

- [Schulaktion Gesunde Pause](#)
- [Rezepte](#)
- Knusper Honig-Müsli

Knusper Honig-Müsli

Zutaten für ca 12 Personen:

- 100 g Nussmischung (z.B. Mandeln, Hasel-, Wal-, Paranüsse)
- 2 EL Öl
- 5 EL Breitsamer Imkergold Fairtrade Honig flüssig
- 150 g Mehrkornflocken Mischung (z.B. Hafer, Gerste, Weizen, Roggen, Dinkel)
- 50 g Erdmandelflocken (Reformhaus)
- 50 g weiße Schokolade
- 50 g soft getrocknete Kirschen
- 50 g getrocknete Ananasstücke

Zubereitung:

Nüsse sehr grob hacken. Öl und **Breitsamer Imkergold Fairtrade Honig** in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Die Getreideflocken und Nüsse in den Honig geben und alles gut verrühren. In der Zwischenzeit Backofen auf 160 °C (Heißluft) vorheizen. Die Müslimasse auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech verteilen, ca. 20 Minuten goldgelb backen, anschließend in einer Schüssel abkühlen lassen.

Die weiße Schokolade grob hacken und mit Kirschen und Ananasstücken zum Knusper Honig-Müsli geben.

Nach Wunsch das Honig-Müsli mit Joghurt in Dessertschalen schichten und mit frischem Obst garniert servieren.

Tipp: Gut verschlossen und trocken gelagert, hält das Müsli ein paar Wochen. Dekorativ verpackt ist es auch ein tolles Mitbringsel!

Brennwerte: Knusper-Honig Müsli: 185 kcal/774 kj pro Portion à 45 g (12 Portionen)