

KrG	Ernährung und Versorgung	POA_Projektorientiertes Arbeiten		 Staatliches Berufliches SCHULZENTRUM Vilshofen an der Donau
Name:		Klasse:	Datum:	

Lena`s Beerengranola

Entscheide selbst, was du zum Frühstück isst!



Menge	Zutaten	Zubereitung
100 g 300 g 3 EL 2 EL 30 g 3 EL ½ TL	Haselnüsse / Walnüsse Haferflocken Sonnenblumenkerne Kürbiskerne Honig Rapsöl Zimt (kann auch weggelassen werden)	Backblech mit Backpapier auslegen Nüsse hacken Alle Zutaten in einer Schüssel vermengen, auf dem Backblech verteilen. Backen: Unter-Oberhitze, 150°C, 15 Min. Nach 15 Min. die Temperatur auf 180 Grad erhöhen, weitere 10 Min. goldbraun backen. Granola aus dem Ofen nehmen, abkühlen lassen, in Stücke brechen.
2 EL 3 EL 3 EL	getr. Blaubeeren getr. Himbeeren getr. Bananen	Getrocknete Früchte untermengen. Granola in einem luftdichten Glas lagern.