

Granola amande-pomme-raisin



Pour un grand bocal de granola, il vous faudra (à peu près! Les proportions de céréales et de graines peuvent varier selon ce que vous avez dans vos placards):

- 10 grosses cuillères de flocons d'avoine
- 5 grosses cuillères de flocons de riz (facultatif, dans ce cas, remplacez par des flocons d'avoine)
- 5 grosses cuillères de flocons d'épeautre (facultatif, dans ce cas, remplacez par des flocons d'avoine)
- 1 grosse cuillère de germe de blé
- 1 grosse cuillère de son d'avoine
- 1 petite cuillère de graines de lin
- 1 petite cuillère de graines de courge
- 1 petite cuillère de graines de sésame
- 1 grosse poignée d'amandes sans peau, grossièrement hachées
- 2 grosses cuillères d'huile végétale (ici j'ai utilisé de l'huile de courge)
- 4 grosses cuillères de sirop d'agave (ou de miel - par contre moi j'aime ce qui est très sucré, je préfère vous prévenir, vous n'êtes pas obligé d'en mettre autant!)
- 1 grosse poignée de raisins secs
- 2 grosses poignées de tranches de pommes déshydratées

Commencez par préchauffer votre four à 150°.

Ensuite, dans un saladier, mélangez les céréales, les graines, les amandes, l'huile et le sirop d'agave (ou le miel).

Caramel, bonbons & chocolat... le blog culinaire de deux gourmands

www.caramelbonbonsetchocolat.fr

Cette recette ainsi que la photo qui l'accompagne sont la propriété de Caramel, bonbons & chocolat.

Les recettes de Caramel, bonbons & chocolat...

Recouvrez une plaque de pâtisserie de papier cuisson, versez le mélange de céréales sur la plaque et enfournez pendant 30 minutes, en remuant toutes les 10 minutes pour s'assurer que tout va cuire uniformément.

Laissez refroidir sur la plaque.

Quand le granola est froid, versez-le dans un bocal en verre, ajoutez les raisins secs et les tranches de pommes déshydratées coupées en morceaux, mélangez pour bien répartir les fruits secs.

Caramel, bonbons & chocolat... le blog culinaire de deux gourmands

www.caramelbonbonsetchocolat.fr

Cette recette ainsi que la photo qui l'accompagne sont la propriété de Caramel, bonbons & chocolat.