

GRANOLA



Ingrédients

- 125g de flocons d'avoine
- 125g de flocons de millet
- 40g de noix de pécan et/ou de noix de Grenoble
- 40g de noisettes
- 30g de graines de lin
- 30g de graine de courge
- 30g de noix de coco
- 2 c. à s. d'huile
- 30g d'huile de coco
- 50g de sirop d'érable

Préparation

- Préchauffez votre four à 180°C.
- Préchauffez le four à 180°C.
- Concassez grossièrement les noix et les noisettes.
- Mélangez les flocons, les graines, les fruits à coque, la noix de coco et la cannelle.
- Chauffez légèrement l'huile de coco pour la rendre liquide. Ajoutez l'huile végétale de votre choix, le sirop d'érable et la vanille.
- Versez ce mélange sur les ingrédients secs, mélangez bien jusqu'à ce que le tout soit enrobé.
- Étalez uniformément le mélange sur une grande plaque recouverte de papier sulfurisé.
- Enfourez 15 à 20 minutes jusqu'à ce que le granola soit doré. Mélangez au moins une fois en court de cuisson.
- Laissez refroidir et conservez dans un récipient hermétique.

