Gebackene Müsliriegel

Zutaten für etwa 16 Riegel á 11 x 2 cm

50 g	Nüsse und Kerne
60 g	getrocknete Früchte
100 g	zarte Haferflocken
40 g	gemahlene Mandeln
30 g	gemahlene Haselnüsse
10 g	Saaten und Samen z.B. Hanf, Lein …
90 g	Butter, gewürfelt
40 bis 50 g	Rohrzucker
Prise	Salz
Prise	gemahlene Vanilleschote
1	Ei (L)
30 g	Dinkelmehl Type oder Vollkorn
25 g	neutrales Öl

Zubereitung:

1. Nüsse und Kerne mittelgrob hacken.
   Getrockneten Früchte z. B. Aprikosen, Cranberries ... fein würfeln oder hacken.
2. Haferflocken, Mandeln, Nüsse, Kerne, Trockenfrüchte und Saaten vermischen.
3. Backofen auf 180 ° C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.
4. Butter mit Zucker, Salz und Vanille cremig rühren.
5. Das Ei unter die Buttermasse rühren
6. Mehl und Öl zugeben, unterrühren.
   Flocken-Nuss-Früchte Mischung zugeben und gleichmäßig unterheben.
7. Die Müslimasse auf einen Bogen Backpapier geben und mit einem zweiten Bogen abdecken.
   Mit einem Rollholz gleichmäßig/rechteckig, etwa 1 cm dick ausrollen.
   Den zweiten Bogen abziehen.
8. Im heißen Backofen etwa 15 bis 18 Minuten goldbraun backen.
9. Die Müsliplatte aus dem Backofen nehmen und etwas abkühlen lassen.
   Noch lauwarm der Länge nach halbieren.
   Mit einem großen Kochmesser in Riegel schneiden.

   Extra crunchy – die geschnittenen Riegel im heißen Backofen bei 160 ° C (Heißluft) nochmals etwa 8 bis 10 Minuten backen.

Nuss-Früchte-Müsliriegel

Zutaten für etwa 16 Riegel á 11 x 2 cm

60 g	Haselnüsse
60 g	Mandeln
20 g	ERdnüsse
20 g	Macadamianüsse
40 g	Cashewkerne
40 g	Soft-Aprikosen, getrocknet
40 g	Sauerkirschen o. ä., getrocknet
50 g	Cranberries, getrocknet
60 g	Flocken (Dinkel oder Hafer)
30 g	Butter
120 g	Honig
30 g	Dinkelmehl, Type oder Vollkorn
Prise	Salz
Prise	gemahlene Vanilleschote

Zubereitung:

1. Nüsse und Kerne mittelgrob hacken.
2. Getrockneten Aprikosen fein würfeln.
   Cranberries und Sauerkirschen grob hacken.
3. Backofen auf 180 ° C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.
4. Nüsse, Kerne, Trockenfrüchte und Flocken vermischen.
5. Butter in einem breiten Topf erhitzen und einmal aufschäumen lassen.
   Honig zugeben und zum Kochen bringen, köcheln lassen bis der Honig eine leicht gebräunte Farbe annimmt.
6. Nuss-Früchte-Flocken-Mischung zugeben.
   Unter ständigem Rühren bei niedriger Hitze leicht goldgelb rösten, wenig salzen.
7. Die Müslimischung mit dem Mehl stauben.
   Das Vanillemark zugeben und beides gleichmäßig unterheben.
8. Die Müslimasse auf einen Bogen Backpapier geben und mit einem zweiten Bogen abdecken.
   Mit einem Rollholz gleichmäßig/rechteckig, etwa 1 cm dick ausrollen.
   Den zweiten Backpapierbogen abziehen.
   Im heißen Backofen für etwa 10 bis 12 Minuten backen.
9. Die Müsliplatte aus dem Backofen nehmen und auf dem Blech abkühlen lassen.
   Der Länge nach halbieren und mit einem großen Kochmesser in Riegel schneiden.