



Granola flocons d'avoine et fruits séchés

Ingrédients

Pour 4 personnes

- Flocons d'avoine Graines de Curieux
- Quinoa soufflé
- Fraises déshydratées (ou tout autre fruit séché)
- Huile de colza Graines de Curieux
- Miel d'acacia
- Grains de sarrasins, graines de lin (ou tout autre graines de choix)
- Noix de coco toasté ou rapée

Préparation

1. Mélangez 500g de petits flocons d'avoine avec 4 c.à.s. d'eau et 3 c.à.s. d'huile de Colza. Ajouter 3 c.à.s. de miel d'acacia et bien mélanger
2. Etalez ce mélange sur 2 plaques de four munies d'une feuille de papier sulfurisée
3. Laissez cuire pendant 35 minutes à 140 degrés en remuant régulièrement
4. Une fois le mélange refroidi, ajoutez tous les autres ingrédients

A déguster avec du lait ou du yaourt