Amaranth-Granola & Nordisches Granola



Zutaten

Für 1 Blech

Amaranth-Granola
125 g Amaranth, gepufft
125 g getrocknete Datteln, entsteint
90 g Wasser
20 g Olivenöl
1 Prise Salz

Nordisches Granola
40 g Mandeln
40 g Cashewkerne
40 g Walnusskerne
40 g Haferflocken
40 g Blaubeeren
4 EL Rapsöl
2 EL Dattelsüße
1 TL Kardamom
1 Prise Salz

Zubereitung

Amaranth-Granola
Den Backofen auf 130 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
Den gepufften Amaranth mit dem Olivenöl vermengen.
Die Datteln zusammen mit dem Wasser zu einer feinen Creme mixen.
Die Dattelcreme vorsichtig mit dem Amaranth vermengen, bis alles gleichmäßig verteilt ist.
Das Granola gleichmäßig auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen.
Das Granola ca. 30 Minuten backen, anschließend wenden und weitere 30 Minuten backen.
Vollständig auskühlen lassen und anschließend luftdicht verpacken, damit das Granola knusprig bleibt.

Nordisches Granola
Mandeln, Cashew und Haferflocken grob mixen. Alle anderen Zutaten hinzufügen und gut vermischen.
Alles auf ein Backblech geben und bei 180 °C Umluft 18 – 20 Minuten backen. Auskühlen lassen und luftdicht verpacken oder sofort genießen.