



© Jessica Lerchenmüller

Riebel-Granola für Muttertag

Zutaten für 2 Gläser

- 170 g Vorarlberger Riebelgrieß
- 120 g Dinkelflocken
- 140 g grobe Haferflocken
- 75 ml Waldhonig
- 80 g flüssiges Kokosöl
- 50 g Walnüsse
- 70 g Haselnüsse
- 50 g getrocknete Erdbeeren

Tipp: 1/4 TL Bourbon Vanille hinzufügen

Zubereitung

Den Backofen auf 200°C Umluft vorheizen. Backblech mit Backpapier auslegen. Alternativ eine Auflaufform (33 x 20 cm) bereitstellen.

Vorarlberger Riebelgrieß, Dinkelflocken und Haferflocken in eine Schüssel geben und vermischen. Waldhonig gemeinsam mit dem Kokosöl hinzufügen und vermengen. Die Masse mit den Händen etwas zusammendrücken, damit später kleine knusprige Stücke entstehen. Anschließend die Nüsse untermengen.

Das Granola auf das Backblech oder in die Auflaufform geben.

Die Ofentemperatur auf 180°C reduzieren und das Granola im heißen Ofen 18–20 Minuten knusprig backen. Nach etwa 15 Minuten der Backzeit das Granola mit einem Holzkochlöffel umrühren. Bei Bedarf noch 3–5 Minuten im warmen Ofen nachziehen lassen.

Das gebackene Granola auskühlen lassen. Die Hälfte der getrockneten Erdbeeren in das Einmachglas füllen. Anschließend mit Granola bis ca. 3 cm unter dem Rad auffüllen. Die restlichen Erdbeeren darauf geben und verschließen. Verschlossen ist es mehrere Wochen haltbar.

Rezept: Jessica Lerchenmüller, vollmundig.org