

Granola aux baies Phytozen

Recette pour 1 grand bocal / préparation 15min / cuisson-séchage 30min

Ingrédients

- 250g de flocons d'épeautre
- 250g de flocons d'avoine fins
- 50g de graine de tournesol
- 5g de cannelle en poudre
- 1 c.à.c de clou de girofle en poudre
- 1 c.à.s de zeste d'orange frais
- 30g de sirop d'érable
- 60g d'huile de coco fondue
- 200g de mélange de baies KIDS

Marche à suivre

Préchauffez le four à 80 degrés.

1. Dans un grand saladier, versez les flocons, les graines de tournesol, les épices et les zeste. Mélangez.
2. Ajoutez le sirop d'érable et l'huile de coco fondue, mélangez jusqu'à ce que les liquides aient bien enrobé le mélange de céréales.
3. Enfournez en laissant la porte du four légèrement ouverte (coincé avec une pince à linge par exemple) afin de laisser sortir l'humidité. Faites sécher environ 30min. Le granola est prêt lorsqu'il est bien sec et légèrement doré.
4. Laissez refroidir le granola et ajoutez les baies. Mélangez et verser en bocaux.

Le granola est délicieux pour accompagner vos compotes de saison, vos yaourts, crèmes de fruits etc...

Astuces

Vous pouvez varier les flocons de base de votre granola selon vos envies. Le granola se conserve plusieurs mois dans un bocal hermétique et à l'abri de la lumière.