

Honig-Müsliriegel

Zutaten für ein Backblech!

Zutaten:

- 100 g Butter
- 250 g Honig, am besten unsere Honigspezialität Ewige Jugend, Amors Traum oder Winterromantik
- 100 g Haferflocken
- 30 g Sonnenblumenkerne
- 30 g Sesam
- 30 g Leinsamen (wenn möglich anmörsern, geht auch in einer Kaffeemühle)
- Eventuell 100 g Rosinen
- 400 g Nuss Mix (Haselnüsse, Mandeln, Walnüsse)

Zubereitung:

Honig und Butter kurz aufkochen. Nuss Mix grob hacken.
Alle Trockenzutaten vermischen und mit der Honigbutter verrühren.
Die fertige Masse auf ein Backblech mit Backpapier geben und mit einer Winkelpalette gleichmäßig verteilen.

Backzeit:

35 Minuten bei 150°C, mittlere Schiene.

Die Masse auskühlen lassen und dann in Riegel schneiden.

Jetzt noch eine schöne Tasse Kaffee oder Tee, und der Nachmittag ist gerettet!

Guten Appetit!