

Rezept für Granola Cups

Das sind gebackene Müslischalen, die Sie nach Belieben befüllen können. Für den sommerlichen Genuss empfehlen wir Ihnen eine Füllung mit Joghurt und Beeren – frisch, himmlisch und leicht!



Zutaten für 8 Stück

150 g Haferflocken
25 g Kokosraspeln
50 g Kokosöl
75 g Honig (oder Ahornsirup)
1/2 TL Zimt
200 g Naturjoghurt (oder Kokosjoghurt)
1 Handvoll gemischte Beeren
Muffinblech

Zubereitung

Den Backofen auf 170°C vorheizen und acht Formen eines Muffinblechs mit etwas Kokosöl einfetten.

Kokosöl und Honig in einem kleinen Topf bei niedriger Temperatur schmelzen lassen und mit den Haferflocken, Kokosraspeln und Zimt in eine große Schale geben. Die Zutaten gründlich miteinander vermengen.

Die Haferflockenmischung auf die acht eingefetteten Formen des Muffinblechs verteilen (ca. 2 EL je Schale) und mit einem Löffel schalenförmig andrücken, sodass in der Mitte ein Kuhle entsteht.

Die Granola Cups im Backofen für 15 Minuten goldbraun backen, heraus nehmen und abkühlen lassen. Mit einem Messer vorsichtig aus dem Muffinblech heben.

Den Joghurt gleichmäßig auf die acht Granola Cups verteilen und die Beeren oben drauf legen.



Weitere Rezeptideen finden Sie auf www.mueller.de/inspiration