

GRANOLA MET LIJNZAADOLIE EN WORTELEN (met maar 6 ingrediënten!)

INGREDIËNTEN:

- 3 grote wortelen, geraspt
- 250 gram haver
- 50 gram lijnzaadolie
- 2 theelepels kaneel
- 1 eetlepel maple syrup (of een andere vloeibare zoetstof naar keuze)
- een snufje zout

WERKWIJZE

1. Verwarm de oven voor op 180°C.
2. Meng alle ingrediënten in een kom en roer goed tot alle ingrediënten omhuld zijn met olie.
3. Giet de ingrediënten over in een ovenschaal.
4. Bak de granola voor 45 minuten tot die een goudbruine kleur heeft. Roer elke 15 minuten om.
5. Laat afkoelen, bewaar in een luchtdichte pots en smakelijk!

OPMERKINGEN

Na het bakken, kan ja rozijnen, walnoten, ... toevoegen. Voeg zeker geen gedroogde vruchten toe voor de granola in de oven gaat, je wilt toch niet dat ze verbranden?

De granola is een week houdbaar.

Pineapples&Tea

Silke Antoni

www.pineapplesandtea.com

www.instagram.com/silke_antoni

pineapplesandtea@gmail.com