

Εύκολη granola (τραγανό μούσλι) με φιστικοβούτυρο & καρύδα

Μερίδες: 10 **Χρόνος προετοιμασίας:** 10 λεπτά **Χρόνος ψησίματος:** 20 λεπτά **Χρόνος αναμονής:** - **Σκεύος:** -

Υλικά:

- 270 γρ. νιφάδες βρώμης
- 2 κ.σ. καστανή ζάχαρη
- 60 ml ελαιόλαδο
- 60 γρ. φιστικοβούτυρο ή αμυγδαλοβούτυρο
- 90 γρ. μέλι ή maple syrup
- 1 κ.γ. εκχύλισμα βανίλιας
- 40 γρ. τσιπς καρύδας

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

- 1) Σε μπολ ανακατεύουμε τις νιφάδες βρώμης και την ζάχαρη.
- 2) Ζεσταίνουμε το φιστικοβούτυρο (ή το αμυγδαλοβούτυρο), το ελαιόλαδο, το μέλι (ή το maple syrup) και το εκχύλισμα βανίλιας σε μικρή κατσαρόλα, ανακατεύοντας καλά. Αποσύρουμε από τη φωτιά όταν το μείγμα είναι ρευστό, δηλαδή προτού βράσει.
- 3) Περιχύνουμε με το μείγμα φιστικοβούτυρου τη βρώμη και ανακατεύουμε να ενωθούν καλά τα υλικά.
- 4) Απλώνουμε το τελικό μείγμα σε ταψί φούρνου περασμένο με λαδόκολλα και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 175°C στον αέρα, για περίπου 15 λεπτά
- 5) Βγάζουμε το ταψί από το φούρνο, προσθέτουμε σκόρπια τα τσιπς καρύδας και ανακατεύουμε απαλά.
- 6) Ξαναβάζουμε στο φούρνο και συνεχίζουμε το ψήσιμο για άλλα 5-6 λεπτά, μέχρι να πάρει η granola χρυσό χρώμα. Έχουμε το νου μας στα τσιπς καρύδας γιατί μαύρισουν πολύ γρήγορα.
- 7) Βγάζουμε από τον φούρνο, ανακατεύουμε ελαφρώς και αφήνουμε την granola να κρυώσει εντελώς σε θερμοκρασία δωματίου.

8) Έπειτα από 2 ώρες μπορούμε να φυλάξουμε αεροστεγώς σε βάζο ή σε τάπερ, σε θερμοκρασία δωματίου. Απολαμβάνουμε την granola πάνω στο γιαούρτι ή στο παγωτό ή και μόνη της σαν “μασουλιστό” σνακ. Διατηρείται για 15 μέρες.