



Τραγανή granola με κολοκυθόσπορους & αποξηραμένα φρούτα

Μερίδες: 15-17 μερίδες (των 45 γρ. περίπου) **Χρόνος προετοιμασίας:** 10 λεπτά

Χρόνος ψησίματος: 30 λεπτά **Χρόνος αναμονής:** 10 λεπτά

Φυλάσσουμε τη granola καλυμμένη σε ξηρό μέρος για 10 μέρες.

Υλικά:

200 γρ. νιφάδες βρώμης

60 γρ. αλεύρι βρώμης

2 κ.σ. λιναρόσπορος, σπασμένος

[1 ½ κ.σ. μείγμα](#) μπαχαρικών allspice

½ κ.γλ. αλάτι

60 γρ. λάδι καρύδας

120 γρ. maple syrup ή σιρόπι αγαύης

1 κ.γλ. εκχύλισμα βανίλιας

[1 συσκευασία ελληνικός κολοκυθόσπορο \(ψίχα\) ψημένος & ανάλατος ANTONIO FOODS \(85 γρ.\)](#)

40 γρ. ξανθές σταφίδες

60 γρ. αποξηραμένα cranberries

100 γρ. αποξηραμένα βερίκοκα, κομμένα σε μεσαία κομμάτια

Εκτέλεση:

1) Σε μεγάλο μπολ ανακατεύουμε τις νιφάδες βρώμης με το αλεύρι βρώμης, το λιναρόσπορο, το allspice και το αλάτι.

2) Βάζουμε το λάδι καρύδας, το maple syrup (ή το σιρόπι αγαύης) και το εκχύλισμα βανίλιας σε κατσαρολάκι και ζεσταίνουμε σε χαμηλή φωτιά, μέχρι να λιώσει το λάδι, χωρίς να βράσει. Ανακατεύουμε, αποσύρουμε από τη φωτιά και περιχύνουμε με το μείγμα το περιεχόμενο του μπολ. Ανακατεύουμε απαλά όλα τα υλικά μέχρι να καλυφθούν από το υγρό μείγμα.

3) Απλώνουμε το τελικό μείγμα σε ταψί φούρνου περασμένο με λαδόκολλα και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 150°C στον αέρα για 20 λεπτά. Στα 20 λεπτά ανοίγουμε το φούρνο και ανακατεύουμε τη granola προσεκτικά. Ξανακλείνουμε και ψήνουμε για άλλα 10-12 λεπτά μέχρι να χρυσίσει η granola.

4) Βγάζουμε το ταψί από τον φούρνο, προσθέτουμε τους [ψημένους & ανάλατους κολοκυθόσπορους ANTONIO FOODS](#) και ανακατεύουμε απαλά.

5) Αφήνουμε να κρυώσει για 10-15 λεπτά, προσθέτουμε τα αποξηραμένα φρούτα, ανακατεύουμε και σερβίρουμε ή αποθηκεύουμε σε βάζο.