



MÜSLIRIEGEL

ZUTATEN:

- 160 g Pekannüsse, gehackt
- 130 g Haferflocken
- 80 g Butter
- 175 g Honig
- 1 TL Zimt
- 50 g Cornflakes
- 30 g Puffreis-Müsli
- 100 g Rosinen oder Sultaninen

ZUBEREITUNG:

1. Rösten Sie die Pekannüsse in der Antihftpfanne, bis sie zu duften beginnen. Geben Sie sie dann in eine große Rührschüssel. Rösten Sie die Haferflocken 1 bis 2 Minuten lang in derselben Pfanne. Geben Sie sie in die Rührschüssel mit den Pekannüssen.
2. Erhitzen Sie vorsichtig die Butter, den Honig und den Zimt in dem 2-l-Topf, bis die Butter geschmolzen ist. Verrühren Sie alles und gießen Sie die Masse in die Schüssel mit den Pekannüssen und den Haferflocken. Geben Sie die Cornflakes, den Puffreis und die Rosinen oder Sultaninen hinzu. Verrühren Sie das Ganze mit einem Holzkochlöffel.
3. Geben Sie die Masse auf ein mit Backpapier ausgekleidetes Backblech und formen Sie mit ihr ein Rechteck.
4. Lassen Sie die Masse auf Zimmertemperatur abkühlen, bis sie hart ist und schneiden Sie sie dann in Riegel.