

Knuspermüsli aus dem Ofen

Portionen: 6-8
Dauer: 25 min.

Den Backofen auf **180 °C** (Ober-/Unterhitze, oder 160 °C Heißluft) vorheizen.

- | | |
|-------------------------|---|
| 50 g Cashewkerne | für 4 Sek. auf Stufe 4 im Thermomix hacken. Die Nüsse in eine separate Schale umfüllen. |
| 2 EL gelber Leinsamen | im Mixtopf 15 Sek. Stufe 8 fein mahlen. |
| 50 g entsteinte Datteln | dazu geben und 20 Sek. Stufe 10 zerkleinern. Falls die Datteln sehr weich sind reichen 10-15 Sekunden. |
| 2 gestr. EL Honig | |
| 2 geh. EL Cashewmus | |
| 3 EL kaltes Wasser | zum Dattelpüree geben und 15 Sek. Stufe 4 vermischen. |
| 200 g Haferflocken | |
| 30 g Kokosraspeln | |
| 40 g Sonnenblumenkerne | und vorher gehackte Cashewkerne zur Paste in den Mixtopf geben und 15 Sek. Stufe 5 nach Bedarf mit Hilfe des Spatels vermischen. |

Nun die Masse aus dem Mixtopf nehmen und so gleichmäßig wie möglich wie Streusel auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen.

Nun das Müsli **15 min.** im Ofen backen. Nach ca. 7 Minuten das Müsli vorsichtig wenden und die restliche Zeit fertig backen. Dann das Blech aus dem Ofen nehmen und vorm Verzehr komplett auskühlen lassen.

Das Müsli lässt sich in einem luftdichten Behälter ca. 2 Wochen lagern. Wird es länger gelagert, verliert es langsam wieder seinen Crunch.

