

## Knusper Müsli

- 100g kernige Hafer oder Dinkelflocken
- 50g Hirse oder Dinkel gepufft
- 50g Sojaflocken
- 50g blütenzarte Haferflocken
- 2-3 Essl. Gemischte, gehackte Nüsse
- 2 Essl. Kokoschips
- 1 Essl. Honig
- 1 Essl. Kokosöl nativ

Alle Zutaten in einer Schüssel mischen, evtl. den Honig und das Kokosöl vorher flüssig machen.

Die Mischung auf einem mit Backpapier belegten Blech verteilen und im vorgeheizten Ofen bei 160°C auf mittlerer Schiene 20 Minuten rösten. Herausnehmen und abkühlen lassen.

Das fertige Knuspermüsli nach belieben mit Haferflocken mischen und mit Naturjoghurt, Milch und frischen Früchten genießen.

Ergibt ca. 8-10 Portionen