

Müesliriegel

Rezept von V-ZUG AG



Zubereitung	15 Min.
Garzeit	25 Min.
Stück	16
Gerät	CombairSteamer V2000 ab 2021

mit Haferflocken und Bananen

Müesliriegel

- 5 EL Rapsöl
- 5 EL Ahornsirup
- 1 Eiweiss
- 150 g gemahlene Mandeln
- 100 g feine Haferflocken
- 30 g Kokosraspeln
- 50 g Kerne-Mix, fein gehackt
- 50 g Bananenchips, fein gehackt
- 4 EL gepuffter Amaranth
- 3 EL getrocknete Cranberrys oder Sultaninen, gehackt
- 1 Prise Fleur de Sel

Müesliriegel

Garraum mit Ober-/Unterhitze auf 160 °C vorheizen.

Alle Zutaten von Hand zu einer klebrigen Masse verkneten. Teig zwischen zwei Backpapieren 1 cm dick auswallen, von Hand gut festdrücken. Auf ein Kuchenblech ziehen, oberes Backpapier vor dem Backen entfernen.

Müesliriegel auf der mittleren Auflage 25 Minuten backen.

Noch heiss in 16 Riegel schneiden.

Garschritte



Garraum auf 160 °C mit Ober-/Unterhitze (vor)heizen

Vorheizen beendet. Gargut einschieben.

Ober-/Unterhitze 160 °C während 25 Min.

Zubehör

Kuchenblech

Zusätzliche Informationen

Erstellt am 26.01.2022