
Müsliriegel mit Cranberries - Thermomix®

im Thermomix® TM 5

von Nicoles Küchen TV



© Bild & Rezeptidee von Nicoles Küchen TV - Fudii.online

Vorbereitung: 20 Min. | **Koch-/Backzeit:** 10 Min. | **Gesamt:** 30 Min.

Zutaten:

20 g Mandeln
20 g Haselnüsse
70 g Cranberries, getrocknet
90 g Honig
25 g Sonnenblumenöl
180 g Haferflocken
5 g Sesam
5 g Chiasamen
15 g Sonnenblumenkerne

Zubereitung:

Für die **Cranberry-Müsliriegel** zuerst die Mandeln und Haselnüsse in den Mixtopf geben und für **6 Sekunden / Stufe 8** zerkleinern. Umfüllen und beiseite stellen.

Jetzt kommen die Cranberries in den Mixtopf und diese werden für **5 Sekunden / Stufe 5** zerkleinert.

Alle Zutaten kommen jetzt wieder in den Mixtopf und werden für **3 Minuten / 50°C / Stufe 3** erwärmt.

Backofen auf 170°C Ober-/Unterhitze (150°C Heißluft) vorheizen.

Die fertige Masse auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben, glatt streichen und für etwa 10 Minuten in den Backofen geben.

Jetzt noch in die gewünschte Größe schneiden und genießen.
Fertig!