



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

GRANOLA

- 1 ay bardağı Susam
- 1 ay bardağı Badem
- 1 ay bardağı Kuru zm
- 1 ay bardağı Fındık
- 1 ay bardağı Kuru kayısı
- 1 ay bardağı Antep fıstığı
- 3 yemek kaşığı Kuru yaban mersini
- 4 yemek kaşığı Ceviz
- 4 yemek kaşığı Kabak ekirdeği
- 1 yemek kaşığı Keten tohumu
- 1 ay kaşığı tarçın
- 3 tatlı kaşığı bal
- 1 adet portakal suyu
- 2 tatlı kaşığı toz Őeker bağlayıcı olması için
- 2 yemek kaşığı tereyağı

Bütün kuru yemiŐler tavaya alınır, hafif tereyağ da kavrulur. Portakal suyu, bal, tarçın, toz Őeker eklenir. Kısık ateŐte karıŐtırılarak Őekerin erimesi sağlanır. Yağlı kağıt serilmiŐ fırın tepsisine tüm malzemeler sıkıca bastırarak yayılır. 180 derece fırında 15-20 piŐirilir. Fırında ıkartılınca ters çevrilerek yağlı kağıt çıkartılır. Soğuk olarak servis yapın.

Not: Süt, yoğurt, meyveler eŐliđinde kahvaltıda tketelebilir.

