



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

GRANOLA

SuperFresh Bögürtlen 125 g
Çiğ Badem 150 g
Ceviz İçi 100 g
Fındık İçi 50 g
Yulaf Kepeği 3 su bardağı (250 g)
Fıstık Ezmesi 1 yemek kaşığı
Keçiboynuzu pekmezi 5 yemek kaşığı
Su 5 yemek kaşığı

Kuru malzemeler için geniş ve derin bir kap hazırlayın.

Bademleri, cevizi ve fındık için irice doğrayın.

Doğradığınız malzeme ile yulafı karıştırın.

SuperFresh Bögürtlenleri blender'dan geçirerek püre haline getirin.

Hazırladığınız kuru malzeme içerisine pekmez ile meyve püresini ekleyin. Su da ilave edin.

Son olarak fıstık ezmesini ekleyin. Tüm malzemeyi iyice karıştırıp yağlı kağıt serdiğiniz fırın tepsine spatula ile ince tabaka olacak şekilde yayın.

Önceden ısıtılmış 150 derece fırında 40-45 dakika pişirin.

Fırından alıp tüm malzemeyi karıştırın.

Tekrar fırına verin. 5 dakika daha fırında pişirin.

