

# Soft Müsliriegel

## Zutaten:

80 g Haselnüsse  
100 g Trockenobst, gemischt (z. B. Cranberries, Datteln, Marillen)  
70 g Kokosöl  
100 g Agavensirup  
100 g Honig  
1 TL Zitronensalzpaste, selbst gemacht (siehe Tipp)  
250 g Haferflocken  
3 EL Mandelblättchen  
3 EL Sonnenblumenkerne

## Zubereitung:

1. Backofen auf 160°C (Ober- und Unterhitze) vorheizen. Auflaufform (30 x 20 cm) mit Backpapier auslegen.
2. Haselnüsse in den Mixtopf geben und 4 Sek./Stufe 7 zerkleinern.
3. Trockenobst zugeben, 5 Sek./Stufe 7 zerkleinern und in eine Schüssel umfüllen.
4. Kokosöl, Agavensirup, Honig und Zitronenpaste in den Mixtopf geben und 5 Min./100°C/Stufe 1 erhitzen.
5. Haferflocken und Nuss-Obst-Mischung zugeben und 20 Sek./Linksdreh/Stufe 3 mischen. Mischung in die vorbereitete Auflaufform füllen und mit nassen Händen in die Form drücken (ca. 1 cm hoch), 3 EL Mandelblättchen und 3 EL Sonnenblumenkerne auf der Masse verteilen und mit den Händen festdrücken. Müslimasse 30 Minuten (160°C) goldbraun backen.
6. Gebackene Müslimasse aus dem Ofen nehmen und ca. 10 Minuten abkühlen lassen, mit dem Backpapier aus der Form heben und in 21 Riegel schneiden. Müsliriegel komplett auskühlen lassen und servieren oder kühl in einem luftdichten Behälter bis zum Verzehr aufbewahren.

Gutes Gelingen!

Eure

