



Batoniki muesli z czekoladą, cynamonem i płatkami kokosowymi

🕒 30–40 Min   

Składniki - Ilość osób: 4

🔥 = Kotányi Produkte

150 g	Płatki owsiane
100 g	Niesłodzone płatki kukurydziane
150 g	Grubo posiekane orzechy nerkowca
50 g	Rodzynki
30 g	Płatki kokosowe
30 g	Siemię lniane, kruszone
30 g	Kakao, niesłodzone
2 łyżki	Olej kokosowy
3 łyżki	Miód
3	Białko jajka
1 łyżka	🔥 Kardamon mielony
1 łyżka	🔥 Imbir mielony
1 łyżka	🔥 Cynamon mielony
0.5 łyżeczki	🔥 Cukier z prawdziwą Wanilią Bourbon

- 1 Rozgrzej piekarnik do temperatury 180°C. Wyłóż prostokątną blachę do ciasta papierem do pieczenia.
- 2 W dużej misce wymieszaj płatki owsiane, orzechy nerkowca, rodzynki, płatki kokosowe, siemię lniane, kakao i przyprawę Kotányi.
- 3 Ręcznie roznieć płatki kukurydziane i dodaj je do mieszanki.
- 4 Ubij białko jajka do uzyskania sztywnej piany. Następnie dodaj ubite białko do mieszanki płatków owsianych wraz z roztopionym olejem kokosowym i miodem. Dokładnie wymieszaj, aż uzyskasz jednolitą konsystencję.

WSKAZÓWKA: Z żółtek można przygotować Kogel-mogel. Kto z nas nie pamięta go z dzieciństwa? Wystarczy żółtka ubić na parze i pyszny deser gotowy. Kogel-mogel świetnie się nadaje do kawy, wystarczy zalać go kawą i pyszny napój gotowy.

- 5 Wlej masę do formy do pieczenia i mocno dociśnij (najlepiej użyj szklanki). Batoniki powinny mieć grubość od 2 do 3 cm.
- 6 Piecz batoniki w piekarniku przez około 20–25 minut, aż będą jasnobrązowe i suche.
- 7 Wyjmij batoniki z piekarnika i ostrożnie podważając papier do pieczenia wyciągnij je z formy. Jeszcze ciepłe pokrój na kawałki o jednakowych rozmiarach. Poczekaj, aż całkowicie ostygną i ciesz się przyjemnością.

