



Zimtige Schokomüsliriegel mit Kokosflocken

🕒 30—40 Min   

Zubereitung

Zutaten für 4 Portionen

♦ = Kotányi Produkte

150 g	Haferflocken
100 g	Cornflakes ungesüßt
150 g	Cashewnüsse grob gehackt
50 g	Rosinen
30 g	Kokosflocken
30 g	Leinsamen geschrotet
30 g	Kakao ungesüßt
2 EL	Kokosöl
3 EL	Honig
3	Eiklar
1 EL	♦ Vanillezucker Bourbon
1 TL	♦ Zimt gemahlen

- 1 Backofen auf 180 °C vorheizen. Eine rechteckige Brownie-Backform mit Backpapier auslegen.
- 2 Haferflocken mit Cashewnüssen, Rosinen, Kokosflocken, Leinsamen, Kakao, Vanillezucker und Zimt in einer großen Schüssel vermischen.
- 3 Cornflakes mit den Fingern grob zerbröseln und untermischen.
- 4 Das Eiklar zu steifem Schnee schlagen. Dann mit dem geschmolzenem Kokosöl und dem Honig unter die Haferflockenmischung rühren. Alles gut vermischen, bis alle Zutaten gleichmäßig mit dem Eischnee überzogen sind.
- 5 Die Masse in die Backform füllen und mit viel Druck sehr gut festdrücken (am besten mit einem Glas). Die Riegel sollten etwas 2-3 cm dick sein.
- 6 Die Müsliriegel im Ofen ca. 20-25 Minuten backen, bis sie leicht braun und nicht mehr feucht sind.
- 7 Herausnehmen und vorsichtig mit dem Backpapier aus der Form heben. Noch warm in gleich große Riegel schneiden. Komplet abkühlen lassen und genießen.

