



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. Komplett abkühlen lassen und genießen.

