

Hverdagsgranola med banan og kokos

Hvis i ikke allerede kender Emma Martiny's bog "Herlig og Ærlig Mad", så gør jer en tjeneste at købe den. Det er en super lækker bog med gode, sunde opskrifter på hverdagsmad, gæstemad, kager osv.

Jeg kastede mig ud i at prøve hendes hverdagsgranola, og den er så lækker og tilmed super let at lave.

Vørsågod!

Du skal bruge:

2 modne bananer
3 spsk kokosolie
1 nip salt
4 dl grovvalsede havregryn
4 dl finvalsede havregryn
2 dl groft kokosmel
2 dl græskarkerner

Sådan gør du:

1. Tænd ovnen på 175 grader-
2. Mos bananerne sammen med kokosolie og salt i en skål, så det bliver til en helt klat mos uden klumper. Du kan eventuelt bruge en køkkenmaskine til formålet.
3. Bland fin- og grovvalsede havregryn, kokosmel og græskarkerner i skålen, og vend det godt sammen, så bananmosen fordeles.
4. Fordel det hele på en beklædt bageplade i ét lag, og bag din granola i 20-30 minutter, indtil den er helt tør og sprød. Vend ofte, så det ikke brænder på.
5. Lad granolaen køle helt af, og opbevar den i en lufttæt beholder.