

KNUSPRIGE GRANOLA CUPS



Zutaten für 4 Personen

240 g Kokosöl

600 g zarte Haferflocken

8 EL Kokosraspeln

4 TL gehmalener Zimt

4 Prise Salz

240 g Ahornsirup (Alternativ: Agavendicksaft oder Honig)

1000 g Naturjoghurt (oder pflanzlicher Joghurt)

4 Handvoll frische Beeren

Henkell Rosé Sekt

Anleitung

Granola Cups sind nicht nur köstlich, sondern auch einfach zuzubereiten und perfekt für ein schnelles Frühstück oder einen gesunden Snack zwischendurch. Mit nur wenigen Zutaten kannst du diese kleinen Schälchen voller Geschmack und Nährstoffe zaubern.

So geht's:

Vorbereitung: Backofen auf 170 Grad (Ober-/Unterhitze) vorheizen und die Mulden eines Muffinblechs leicht mit Kokosöl einfetten. Für die Granola Mischung: Das Kokosöl in einem kleinen Topf schmelzen und mit den Haferflocken, Kokosraspeln, Zimt, Salz und Ahornsirup vermengen. Das Formen der Cups: Die Granola-Mischung gleichmäßig auf 6 Muffinmulden verteilen und mit angefeuchteten Fingern oder einem Löffel zu Schälchen formen. Die Cups im vorgeheizten Backofen für 15-20 Minuten goldbraun backen.

Die Füllung: Nach dem Backen die Granola Cups etwa 10 Minuten abkühlen lassen, vorsichtig aus der Form heben und mit Naturjoghurt füllen. Zum Schluss mit frischen Beeren toppen und genießen!

Variationen: Du kannst das Rezept nach Belieben anpassen, indem du gehackte Nüsse, Chia-Samen oder zerdrückte Banane hinzufügst. Experimentiere mit verschiedenen Toppings und finde deine Lieblingskombination!

Und warum nicht diese köstlichen Cups mit einem prickelnden Henkell Rosé Sekt begleiten? Eine erfrischende und prickelnde Kombination, die den Tag perfekt beginnen lässt.