

Mandel-Hafer-Snack

Kuchen & Gebäck

Gartenparty

Obst

Sommer

ZUBEREITUNG

SCHWIERIGKEIT: ● ● ● ○ ○

LEICHT&CROSS-Scheiben fein zerbröseln, am besten mit einer Küchenmaschine.

Die Mandeln in einer Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze etwa 10 Minuten rösten, bis sie leicht Farbe bekommen danach grob hacken.

In einer Schüssel Mandelmus mit Ahornsirup vermischen. Himbeeren leicht zerdrücken und hinzufügen. Alle weiteren trockenen Zutaten unterheben und vermengen. Eine Muffinform mit etwas Kokosöl einfetten und die Masse gleichmäßig in die Förmchen drücken – gutandrücken, damit alles schön zusammenhält.

Schokolade schmelzen und nach Belieben auf den Mandel-Hafer-Bites verteilen. Nach Belieben mit Meersalz und weiteren Mandelstückchen oder getrockneten Himbeeren verzieren. Die Bites für mindestens zwei Stunden kaltstellen und anschließend vorsichtig aus der Muffinform lösen.



ZUTATEN

6 Scheiben
LEICHT&CROSS (z.B.
Weizen oder Roggen)

75g Haferflocken

80g geschälte Mandeln

185g Himbeeren

50g Mandelmus

70g Ahornsirup

100g Zartbitterschokolade

1 EL Kokosöl

Etwas Meersalz