

HÁTÍÐARMÚSLÍ



Hátíðarmúslí í sparibúningi

Hráefni:

- 4 ½ dl haframjöl
- 3 dl hveiti
- 2 dl möndlumjöl
- 2 dl kókosmjöl
- 1 dl sólblómafræ
- 1 dl sesamfræ
- ½ dl chiafræ
- 1 msk kakó (má sleppa)
- Kanill eftir smekk, ca 1-2 tsk
- 1 ½ dl olía
- ½ dl vatn
- ½ - 1 dl hrásykur eða púðursykur
- ½ tsk salt
- 2 tsk vanillusykur eða vanilludropar
- 1-2 dl trönuber, gojiber eða önnur ber
- 1 dl ristaðar kókosflögur
- Rúsínur, döðlubitar og jafnvel hnetur



Aðferð:

1. Hitið ofninn í 170°C.
2. Setjið þurrefni saman í skál, mjöl og fræ ásamt kakó og kanil. Blandið vel.
3. Setjið olíu, vatn, sykur, vanilludropa og salt saman í pott. Hitið vel þannig að sykurinn leysist upp. Hellið þessu saman við allt í skálinni. Blandið vel saman.
4. Þessi blanda passar á tvær bökunarplötur. Setjið bökunapappír á ofnplöturnar og dreifið blöndunni jafnt á milli.
5. Bakið í 20-25 mínútur. Gott að miða við að hræra í þessu eftir fyrstu 15 mínúturnar og baka svo áfram í 10 mínútur. Má ekki brenna.
6. Kælið. Blandið síðan trönuberjum og öðru saman við, fer eftir smekk
7. Geymið í krukku, góðu plastíláti með loki eða plastpoka. Geymist vel á köldum, þurrum stað.

Falleg gjöf. Það er hægt að skreyta krukkuna með jólamyndum og skrautborðum eða öðru sem ykkur finnst fallegt. Gott að gefa, gott að þiggja.

Það má útbúa lítinn miða sem fylgir með krukkuinni

*Gómsætt á bragðið og gert með gleði í hjarta.
Gott út á skyr, gríska jógúrt eða súrmjólk.
Enn betra að setja fersk ber og smá sýróp yfir allt saman.
Njótið við kertaljós á jóladagsmorgunn
og borðið með góðri samvisku.
Gleðilega hátíð.*