



Türchen Nr. 2

BRÖSEL

ZUTATEN

- 200g kernige Haferflocken
- 6 Feigen, getrocknet
- 6 Aprikosen, getrocknet
- 4 EL Agavendicksaft
- 6 EL Kokosfett
- 40g Mandelstifte
- 160g Nussmischung (Hasel-, Cashew-, Walnüsse, Mandeln)
evtl. Cranberries
- 2 EL Leinsamen

ZUBEREITUNG

Feigen und Aprikosen im kleinen Topf mit ganz wenig Wasser einige Minuten weich kochen, dann in Ministückchen schneiden. Kokosfett schmelzen lassen und alles zusammenrühren. Die Masse auf ein Backblech streichen. Den Backofen auf 160 Grad vorheizen und dann 15 Minuten goldbraun backen. Testen, ob alles knusprig ist, evtl. die Zeit verlängern. Abkühlen lassen und dann in ein Glas füllen. Über Joghurt mit Obst streuen.

*Vielen Dank, liebe Gerlinde aus Kaltenkirchen
für dieses tolle Rezept!*