

# Pikantes Granola mit Backerbsen

Dieses knusprige Granola sollte man einfach immer auf Vorrat haben. Es passt nicht nur hervorragend auf Salate, sondern ist auch ein leckerer Snack für unterwegs.






## Pikantes Granola mit Backerbsen

### Zutaten:

- 150 g Haferflocken
- 80 g Sesam
- 80 g Kürbiskerne
- 80 g Sonnenblumenkerne
- 120 g Haselnüsse

- 50 g Land-Leben Backerbsen
- 2 Zweige Rosmarin
- 1/2 TL Salz
- 1 Eiweiß
- 2 EL Ahornsirup
- 60 ml Olivenöl
- 1 EL Senf

## Zubereitung:

1. Den Backofen auf 160°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

2. Die Rosmarinnadeln vom Zweig abtrennen und grob hacken. Alle trockenen Zutaten bis auf die Backerbsen in einer Schüssel vermischen. Das Eiweiß mit einem Schneebesen aufschlagen ca. 1-2 Minuten lang aufschlagen, bis es schaumig wird. Das Olivenöl, den Ahornsirup und den Senf unterrühren. Die Flüssigkeit zu den trockenen Zutaten mischen und alles gut verrühren.

3. Die Masse auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben, gleichmäßig verteilen und etwas andrücken. Ca. 35 Minuten lang backen, bis es leicht Farbe annimmt. Das Granola nach 15 Minuten und ev. nach weiteren 10 Minuten wenden.

4. Das Granola vollständig auf dem Backblech auskühlen lassen. Es wird erst so richtig knusprig, wenn es kalt ist. Die Backerbsen dazumischen und in einen luftdicht verschlossenen Behälter an einem dunklen, kühlen Ort aufbewahren.



© LAND-LEBEN Nahrungsmittel GmbH