DOMOWE CRUNCHY

WWW.TIPSFORWOMEN.PL

SKŁADNIKI:

Płatki owsiane, garść migdałów, wiórki kokosowe, pestki słonecznika, możecie dodać to co lubicie (orzechy, żurawinę, rodzynki), yżka roztopionego masła,
Dwie łyżki miodu

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Na blachę wysypujemy płatki owsiane, tak żeby przykryły dno. Do tego po garści migdałów, wiórek kokosowych i pestek słonecznika (ja zmodyfikowałam trochę przepis i dodałam garść orzechów włoskich). Na to wylewamy łyżkę roztopionego masła i dwie łyżki miodu, mieszamy, aż wszystko się oblepi, rozkładamy na płasko i wkładamy do piekarnika na 10-15 min (175-180 stopni). Po wyjęciu rozkruszamy trochę łyżką.