

---

# Müsliriegel



10 min



10-15 min, 190 °C



25 Personen

Brennwert 85 kcal



<http://cookingwithglob.wordpress.com/>

## Zubereitung

- 1 Den Zucker, Honig und die Butter in eine Pfanne geben.
- 2 Alle anderen Zutaten in eine Schüssel geben.
- 3 Den Honig mit dem Zucker und der Butter unter Rühren erhitzen bis die Butter geschmolzen ist und Blasen aufsteigen.
- 4 Die trockenen Zutaten in zwei bis drei Schritten zu der Honigmasse geben.
- 5 Ist alles mit Karamell ummantelt, wird die Masse auf ein Backblech gegeben und flach auf dem Backblech verteilt, sodass eine durchgängige Körnerplatte entsteht.
- 6 Das Backblech kommt nun für 10-15 min bei 190 °C bei Umluft in den Ofen.
- 7 Danach wird das Backblech einige Minuten zum Kühlen beiseite gestellt.
- 8 Wenn dir richtige Temperatur erreicht ist, ist es einfach Riegel aus der Masse zu schneiden.

## Zutaten

50 gr Amaranth  
60 gr gehackte Nüsse  
100 gr Haferflocken  
40 gr Bananenchips  
65 gr 5-Korn-Mischung  
22 gr Vollrohrzucker  
100 gr Honig  
30 gr Butter

---

### Tipp:

*Natürlich lassen sich die Kornarten und die Früchte variieren. Man muss nur darauf achten, dass nicht zu viel oder zu wenig Karamellmasse in den Riegeln ist.*