Recetas SAL Y PIMIENTA🌺



PAN Y BOLLERÍA · VEGETARIANO

Granola casera

4 raciones 400 kcal

Ingredientes

- **5 cucharadas** de miel
- **2 cucharadas** de aceite de oliva o el que más te guste
- Almendras
- Avellanas
- Pipas de calabaza
- **8 cucharadas** de avena
- Canela en polvo (1 cucharadita)
- Coco rallado y laminado

POR RACIÓN

Proteínas	**8,7 g**
Grasas	**27 g**
Hidratos	**38 g**
Fibra	**5,5 g**

Elaboración

1. Hornear en el horno precalentado previamente a 160 grados durante 20 min, removiendo de vez en cuando para que no se pegue ni se queme
2. A los 5 minutos añadir coco rallado y coco laminado
3. Guardar en un bote hermético

RECOMENDACIONES

Puedes acompañarla con yogur natural, kefir y la fruta que más te guste

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Recetas SAL Y PIMIENTA🌺
cooknest.app/@recetasalypimienta · Instagram @recetasalypimienta