



Haferflocken-Aprikosen Granola-Schnitten

🕒 Preparation time: 20 minutes
👨‍🍳 Cooking time: 40 minutes
Total time: 60 minutes

👤 Portions: 8

Zutaten für 10 Granola-Schnitten (20 Minuten Arbeitszeit + 40 Minuten Röst- und Backzeit)

- 100 g Haferflocken
- 80 g Kokosraspeln
- 50 g Sonnenblumenkerne
- 35 g geschälte, ungesalzene Pistazien (Gewicht ohne Schale)
- 50 g Mandelblättchen
- 50 g Kürbiskerne
- 100 ml Kokosöl
- 1 kl. TL Zimt
- 1 Prise Meersalz
- 6 weiche Medjoul-Datteln (ca. 130 Gramm)
- 4 EL Ahornsirup
- 2 EL Zitronensaft
- 80 g Soft-Aprikosen
- Eine halbe reife Banane

Zubereitung (40 Minuten Backzeit gesamt + 15-20 Minuten Arbeitszeit)

1. Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.
2. 100 g Haferflocken, 80 g Kokosraspeln, 50 g Sonnenblumenkerne, 35 g Pistazien, 50 g Mandelblättchen, 50 g Kürbiskerne, ein kl. TL Zimt, eine Prise Salz und 100 ml Kokosöl in einer Auflaufform vermischen.
3. Auflaufform bei 200 Grad Umluft für ca. 10 Minuten in den Ofen geben. Zwischendurch mit dem Löffel einmal durchmischen, damit die Zutaten gleichmäßig anrösten. Dann die Zutaten aus dem Ofen holen, den Ofen anlassen, aber die Hitze auf 180 Grad Umluft reduzieren.
4. In der Zwischenzeit 6 Medjoul-Datteln entkernen. Entsteinte Medjoul-Datteln zusammen mit 4 EL Ahornsirup und 2 EL Zitronensaft im Mixer pürieren. Soft-Aprikosen separat auf einem Schneidebrett in kleine Stückchen schneiden. Eine halbe Banane in einer Schüssel mit einer Gabel zerquetschen.
5. Dann die gerösteten Zutaten mit der Dattelmasse, der zerquetschten Banane sowie den gehackten Aprikosen vermischen.
6. Eine weitere kleine Backform mit Backpapier auslegen und die Masse/den Teig hinein füllen. Teig mit den Händen fest und kompakt in die Form drücken.
7. Die gut angedrückte Granola-Masse bei 180 Grad für ca. 30 Minuten Umluft in den Ofen geben. Die Backzeit kann je nach Ofenart und -alter leicht variieren. Die Schnitten sind fertig, wenn der Teig an der Oberfläche gut und gleichmäßig gebräunt ist.
8. Backform aus dem Ofen nehmen und die Granola-Masse komplett abkühlen lassen. Das ist wichtig, denn sonst bröckelt der Teig beim Schneiden stark.
9. Den abgekühlten Teig mit dem Backpapier aus der Form auf die Arbeitsfläche heben.
10. Nun könnt Ihr den gebackenen Teig in beliebig große Stücke schneiden.

Ich habe 10 große Schnitten abgetrennt. Sie sind sooo lecker, machen aber auch gut satt. Mehr als zwei schaffe ich nicht auf einmal... Ich hebe die Schnitten einfach mit Klarsichtfolie abgedeckt im Kühlschrank auf. Ich hoffe, Ihr liebt diese leckeren, kleinen Goodies ebenso wie ich <3 xoxoxo Eure Lea