

Sjokoladegranoła!



Det nærmer seg sommerferie og jeg kjenner at det er på tide å

ta et oppgjør med forventningene mine. Jeg har nemlig en forestilling om at ferielivet er som en lang og rolig elv. Du vet, sånn som det var fb. Før Barn. Etter en hel dag på hytta husker jeg plutselig at sommeren heller blir mer som en stiv kuling, med litt flau bris – sånn innimellom. Men da gjelder det å kose seg litt ekstra i de stille stundene! Når barna plutselig finner roen, når solen endelig skinner og øyeblikkene da man faktisk kan høre humla suse. Det er da du skal ta med deg en skål med yoghurt og sjokoladefrokostblanding og sette deg ut på trappen med bare føtter og bare være til. Jeg tror det blir bra, likevel.



Luksuslivfrokost:

7,5 dl havregryn

2,5 dl nøtter (jeg liker hasselnøtter og mandler)

1,5 dl kokos

1,5 ts kanel

2 ss kakao

0,25 ts havsalt

0,5 dl olivenolje

0,5 dl brunt sukker

0,5 dl honning

1 ts vaniljesukker

2 dl rosiner (kan sløyfes)

Sett ovnen på 160 grader. Ha havregryn, hele nøtter, kanel, kakao, kokos, salt og vaniljesukker i en stor bolle og bland godt. Ha olje, sukker og honning i en gryte og varm til sukkeret er oppløst og det begynner å boble. Ta av varmen og hell over det tørre. Bruk en slikkepott til å blande alt godt. Ha bakepapir på et stekebrett og fordel blandingen utover. Stek midt i ovnen i 30 minutter, rør hvert 10 minutt for å sikre en jevn steking. Avkjøl helt før du tilsetter rosiner.

Oppbevar i en tett boks. KOS deg. ☐

