



Granola Casera

INGREDIENTES

500 g de copos de avena

100 ml de aceite de coco (comestible)

100 g de miel

100 g de una mezcla de avellanas y almendras peladas

50 g de coco rallado

Un puñado de pasas

Un puñado de arándanos rojos deshidratados

Un puñado de mango deshidratado cortado en trocitos

MODO DE PREPARACIÓN

1. *Precalentamos el horno a 180º.*
2. *Picamos los frutos secos con un mortero o cualquier herramienta de cocina que os sirva para ello y tengáis en casa (picadora, Thermomix...).*
3. *En un bol ponemos los copos de avena, los frutos secos y el coco rallado. Mezclamos con una espátula.*
4. *Incorporamos el aceite de coco y la miel (quizá tendréis que derretirlos un poco previamente en el microondas) y removemos bien hasta que este todo bien integrado.*
5. *Vertemos nuestra mezcla sobre una bandeja para horno forrada con papel de hornear y horneamos moviéndolo de vez en cuando hasta que obtenga un tono dorado. Retiramos del horno, lo vertemos nuevamente en el bol e incorporamos las frutas deshidratadas. Yo lo hago mientras aún está caliente para que cojan un poco de ese calor.*
6. *Una vez se haya enfriado guardamos nuestra granola en un frasco hermético de cristal para que se conserve mejor.*