

## Granola fatta in casa

*Granola fai-da-te! Scopri come prepararla e rendere gustose le tue colazioni.*



Oggi ti sveliamo come fare la **granola fai-da-te!** Una **ricetta facile** da preparare e ottima per le tue **colazioni**. Utilizzale nello **yogurt**, nel **latte** o qualsiasi altra bevanda. Noi ti consigliamo di aggiungerla allo **smoothie di bieta e pera**: diventerà una vera delizia!

**Difficoltà: bassa**

**Costo: basso**

**Tempo di preparazione: 20 min.**

### Ingredienti

**per 400 g di granola**

**100 g di fiocchi di avena Despar Vital**

100 g di chicchi di grano saraceno

100 g di mandorle sgusciate

50 g di semi di girasole

50 g di scaglie di cocco

2 cucchiaini di olio di cocco

4 cucchiaini di sciroppo d'acero

Mezzo baccello di vaniglia

Un bel pizzico di sale marino

### Procedimento

1. Preriscalda il forno a 160 °C (statico) e rivesti la teglia con carta da forno.
2. Metti tutti gli ingredienti tranne l'olio di cocco e lo sciroppo d'acero in una ciotola e mescola con un cucchiaio.
3. Aggiungi l'olio di cocco fatto sciogliere in un pentolino e lo sciroppo d'acero e mescola per incorporarli.
4. Versa la granola sulla teglia e distribuiscila in modo uniforme. Inforna per 12-15 minuti, quindi girala con un cucchiaio e fai cuocere altri 5-7 minuti o fino a quando le scaglie di cocco saranno dorate sui bordi. Fai attenzione perché è molto delicata e si brucia facilmente!
5. Falla raffreddare prima di trasferirla in un barattolo di vetro. Conservala in luogo fresco e asciutto fino a 3 mesi.