



# Zimt-Knuspermüesli

## Zutaten

220 g Haferflocken, grob  
80 g Buchweizen, geschält  
60 g Baumnüsse, grob gehackt  
50 g Kokosraspeln  
40 g Rosinen  
1 EL Zimt  
¼ TL Muskat  
¼ TL Meersalz  
120 ml Ahornsirup  
50 g Datteln, z. B. Medjool, entsteint  
2 EL Sonnenblumenöl  
2 EL Wasser  
1-2 TL Vanillezucker

## Zubereitung

Ofen auf 150 Grad vorheizen. Ahornsirup, Datteln, Öl, Wasser und Vanillezucker zusammen pürieren. In einer Schüssel mit den restlichen Zutaten gut mischen. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben. Ca. 22-25 Min. backen, abkühlen lassen. Die Mischung wird erst beim Abkühlen knusprig. In einem luftdichten Gefäß aufbewahren.

**Tipp:** Frische Früchte mit Naturejogurt mischen, Knuspermüesli darüberstreuen. Oder Müesli zusammen mit Apfelkompott servieren.