

Granola

4 dl havregryn
0.5 dl linfrön
1 dl pumpafrön
1 dl solrosfrön
2 dl quinoapuffar
1.5 dl hasselnötter, grovt hackade
1.5 dl valnötter, grovt hackade
3 msk nyponmjöl
2 dl kokosflingor
0.75 dl honung
1 tsk vaniljpulver
0.75 dl kokosolja

Smaksättning

1 dl mango, torkad och hackad
1 dl hallon, frystorkade