

PREP
EAT
LOVE

knuspriges Granola

HOMEMADE
KNUSPER
GRANOLA
WITH LOVE



Hey, hallo!

Wie schön, dass du Lust auf **knuspriges Mandelgranola aus der eigenen Küche** hast!

Das ist auch gleich schon die perfekte Vorbereitung, für ein **entspanntes Weihnachtsfrühstück!** Lust auf mehr?



Dann habe ich etwas für dich! **Entspannt genießen** ist das Thema für meinen **Feiertags-Vorbereitung-Live-Online-Workshop**, der am **Sonntag, den 05. Dezember 2021 um 11:00 Uhr** stattfindet.

Worum es geht? Um super **leckere, festliche Gerichte**, die sich ganz **einfach & leicht im Prep.Eat.Love Style vorbereiten** lassen, damit du (jaaaa - du!) dich auch **ganz entspannt auf Weihnachten & Silvester freuen** kannst. Entspannt genießen natürlich im doppelten Sinne: Gönn dir richtig leckeres Essen, dass **keinen Stress in der Zubereitung** verursacht und dir vor allem auch **nicht schwer im Magen liegt**.

[MEHR INFOS ZU DEM WORKSHOP >>](#)

Jetzt wünsche ich dir erst einmal ganz viel Spaß beim Granola backen & basteln!

Ich freue mich, wenn du mir Feedback gibst, wie dir die Rezepte gefallen haben!

Ganz lieben Gruß,

Tanja

←
Mrs. Wagner



KNUSPRIGES

Granola

PREP. EAT. LOVE 



knuspriges Granola

ZUTATEN (20 Portionen)

150 gr Haferflocken, kernige
150 gr Vollkornhaferflocken, fein
100 gr Mandeln, gehackt
80 gr Kokosöl, flüssig

50 ml Kokosblütensirup oder Dattelsirup
2 TL Ceylon Zimt
1 Prise Salz
nach Geschmack noch 1 EL Ahornsirup

UND SO GEHT'S

- Alle trockenen Zutaten mischen, dann das flüssige Kokosöl und die Süße hinzugeben. Gut verrühren, bis alle Zutaten etwas mit Flüssigkeit umgeben sind.
- Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben und im vorgeheizten Backofen bei 180° Umluft für ca. 20-25 min rösten, dabei alle 5 min wenden.
- Abkühlen lassen & luftdicht verpacken. Fertig!
- Ich verwende das Granola am liebsten als Topping auf meiner Vanillecreme oder Porridge! Probier doch mal mein [Porridge Bircher Art](#) - dazu schmeckt das auch super!

PREP
EAT
LOVE

Online Workshop

LET'S MEAL PREP TOGETHER!



DIE FEIERTAGE LEICHT & ENTSPANNT GENIESSEN! GANZ OHNE STRESS.

Wie das ganz einfach & entspannt geht - zeige ich dir in meinem

Live Online Workshop "Entspannt genießen!"

Sonntag, 05. Dezember 2021 um 11:00 Uhr!

Super leckere, festliche Gerichte - modern, leicht & genial
einfach gemacht mit Rezepten im Prep.Eat.Love Style!

[ZU DEN WORKSHOPS >>](#)

WWW.PREPEATLOVE.DE/WORKSHOPS

FÜR DICH ALS VORLAGE

Homemade Geschenke aus der Küche

Lust, schön gestaltete Gläser mit Homemade Granola zu verschenken?
Hier kommen zwei Etiketten als Inspiration:



FÜR DICH ALS VORLAGE

Homemade Geschenke aus der Küche

Und so geht's: Vorlage ausdrucken, ausschneiden, ins Glas legen, von außen mit Lackstift nachmalen, Granola rein & fertig!



EAT GOOD

feel good

Lust auf mehr Inspiration rund um
MEAL PREP & GOOD FOOD?
Dann folge mir super gerne auf



PrepEatLove



PrepEatLove



PrepEatLove.de



PrepEatLove



Ich freue mich,
von dir zu hören!

PREP. EAT. LOVE 



Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung, Weitergabe und Verbreitung, sind der Autorin dieses eBooks vorbehalten.

Kein Teil des eBooks darf in irgendeiner Form (weder durch Fotokopie, Mikrofilm, Video oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung der Autorin reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Geräte verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Wenn du privat ein Rezept von mir ausprobierst, lass mich super gerne wissen, wie es dir geschmeckt hat! Du darfst natürlich auch gerne ein Foto davon auf Instagram posten. Vergiss bitte nicht, mich dann mit #prepeatlove und @prepeatlove.de zu taggen. Danke dir!

© PREP.EAT.LOVE | TANJA WAGNER, WIESBADEN

WWW.PREPEATLOVE.DE