

Vegane Caramel & Pecan Müsli-Eisriegel

Zubereitet mit: Breyers

ca. 120 min | einfach

Zutaten

für 6 Stück

Riegel

- 2 Becher Breyers Caramel & Pecan (vegan)
- 80 g kernige Haferflocken
- 1 EL Kokosblütenzucker
- 1,5 EL Zimt
- 15 g Kokosöl
- 40 g Mandelmus
- 20 g Ahornsirup
- 1 EL Apfelmus
- 15 g getrocknete Aprikosen
- 15 g getrocknete Cranberries
- 10 g Gojibeeren

Nährwerte

Energie (Kilojoule):	1099 kJ
Energie (Kilokalorien):	263 kcal
Fett:	13 g
davon gesättigte Fettsäuren:	5,5 g
Kohlenhydrate:	31 g
davon Zucker:	13 g
Ballaststoffe:	11 g
Eiweiß:	6,5 g
Salz:	0,36 g

Zubereitung

1. Den Ofen auf 180 Grad (Ober- und Unterhitze) vorheizen.
2. Die Haferflocken mit dem Kokosblütenzucker und dem Zimt in eine große Rührschüssel geben und vermischen.
3. Das Kokosöl mit dem Mandelmus, Ahornsirup und Apfelmus in einem kleinen Topf erhitzen und glattrühren. Zu den Haferflocken in die Rührschüssel geben und gut vermischen.
4. Die fertige Masse auf ein Backbleck geben und im Ofen ca. 15 Minuten knusprig backen. Gut auskühlen lassen.
5. Zwei Becher veganes Breyers Caramel & Pecan ca. 30 Minuten bei Raumtemperatur weich werden

lassen. In dieser Zeit die Trockenfrüchte hacken.
6. Granola, veganes Breyers Caramel & Pecan und gehackte Trockenfrüchte vermischen und in eine flache Auflaufform (15 x 20 cm) streichen.
7. Mindestens eine Stunde gefrieren, dann in Riegel schneiden.

Zubereitungszeiten des Rezepts

Vorbereitungszeit: 45 min Backzeit: 15 min Kühlzeit: 60 min

Nutzungsbedingungen

Copyright:

Die auf den Internetseiten der Unilever Gruppe enthaltenen Inhalte, wie insbesondere Texte, Bilder, Logos, Grafiken, Tonwerke, Animationen und Videos, sind urheberrechtlich geschützt. Die Unilever Gruppe gestattet das Sichten und Herunterladen sämtlicher Inhalte auf ihren Internetseiten ohne Einwilligung ausschließlich zu privatem, nichtkommerziellem Gebrauch. Eine etwaige Verlinkung ist nur mit Zustimmung der Unilever Gruppe erlaubt.

Inhalte und Downloads:

Die Unilever Gruppe hat bei der Erstellung der Websites größtmögliche Sorgfalt aufgewendet. Es besteht jedoch keine Gewährleistung für die Vollständigkeit, Richtigkeit und Aktualität der Daten, Informationen und Downloads. Sofern Sie also Daten, Informationen und Downloads verwenden, erfolgt dieses unter der Einschränkung, dass Unilever nur für das Fehlen garantierter Eigenschaften, der schuldhaften Verletzung von Hauptpflichten, der vorsätzlichen oder grob fahrlässigen Verletzung sonstiger Pflichten sowie im Fall von schuldhaften Gesundheitsverletzungen haftet.

Markenrechte:

Die auf den Websites der Unilever Gruppe genannten Marken und Logos sind markenrechtlich geschützt. Dritten ist die Nutzung und Verwendung sämtlicher Marken und Logos untersagt. Sondernutzungsbedingungen für registrierte Kunden und Journalisten ausschließlich für die Nutzung der Inhalte der Rezept-, Medien- und Bilddatenbanken.

Die Unilever Gruppe gestattet:

Kunden die Nutzung der Datenbankinhalte zur Bewerbung der Unilever-Produkte durch den Handelspartner in Druckerzeugnissen (Zeitung, Zeitschriften, insbesondere Handelsanzeigen, Handelsprospekte, Handzettel usw.) sowie im Internet;
Journalisten die Nutzung der Datenbankinhalte für gedruckte Presseerzeugnisse (Zeitungen und Zeitschriften) sowie Presseerzeugnisse im Internet unter der Beachtung der folgenden Bestimmungen:
Die Datenbankinhalte dürfen grundsätzlich nicht verändert werden. Gestattet ist jedoch eine Vergrößerung oder Verkleinerung bzw. ausschnittsweise Verwendung.
Rezepte dürfen nicht ohne Hinweis auf die Unilever-Produkte und/oder Packshot verwendet werden. Zulässig ist es, die Produkt-Kategorie zusammen mit einer Marke der Unilever Gruppe in Klammern zu nennen. Bsp.: "Bourbon-Vanille (z.B. von Cremissimo)".
Bei der Vervielfältigung der auf den Unilever Websites bereit gestellten Inhalte (Fotos und Texte) in digitalen Medien wie z.B. Websites und Blogs muss der Verwender sicher stellen, dass die Inhalte nicht bei Suchmaschinen wie Google aufgenommen (indexiert) werden. Dies kann über technische Restriktionen wie dem Einfügen des s o genannten „noindex-Tags“ gewährleistet werden. Sofern bezüglich dieser Einschränkung Fragen bestehen, wenden Sie sich bitte über das Kontaktformular dieser Seite an uns