

## No-bake Müsliriegel

60 g Mandeln  
 60 g Datteln  
 60 g Honig (oder Agavensirup)  
 60 g Mandelbutter (oder andere Nussbutter)  
 30g Kokosöl (oder Butter; ein Fett, das bei Raumtemperatur fest ist)  
 1 Prise Salz  
 120 g Haferflocken  
 60 g + 20 g Kokosraspeln  
 60 g gemahlene Mandeln  
 60 g Schokolade 70% fein gehackt oder Kakaonibs

Für 1 Form von 20 cm Ø (12 Stück)  
 Dauer: 20 min + 1 h Kühlzeit



### Zubereitung

Eine ca. 20 cm große Backform mit Backpapier auslegen.

Die Mandeln grob hacken. Am Besten schmeckt es wenn sie kurz angeröstet werden, sie können aber auch roh verwendet werden.

Die Datteln fein hacken. Datteln, Honig, Mandelbutter und Kokosöl in einem Topf bei mittlerer Hitze kurz erwärmen bis sich alles zu einer dickflüssigen Masse vermischt hat. Vom Herd nehmen.

Die trockenen Zutaten mit der Honig-Dattel Masse vermischen und rühren, bis alle Zutaten gleichmäßig verteilt sind und eine klebrige Masse entsteht.

Die Mischung in der vorbereiteten Backform verteilen und festdrücken. Dafür verwende ich die Unterseite eines Glases und presse es richtig fest. Wer mag kann die Müsliriegel mit Kokosraspeln bestreuen.

Im Kühlschrank für 1 Stunde kalt stellen und dann in Riegel schneiden. Die Granola Bars können bis zu 2 Wochen im Kühlschrank gelagert werden.