

Granola salé

Préparation : 20' + 20' de cuisson

Matériel : 1 sauteuse + 1 cocotte + 1 planche à découper

Ingrédients pour 4 personnes :

- 100g de flocon d'avoine
- 3 cl d'huile d'olive
- 1 cas de tahin
- 50g de graines de courges
- 50 g de noisettes concassées
- 30 g de graines de sésame
- 60 g de graines de tournesol
- 1/2 cac de sel
- 1cac de sirop d'agave
- 1 cac de thym
- 1 cac de levure malté
- 1 cas de miel

Préparation

- Mélanger tous les ingrédients et les étaler sur une plaque allant au four.
- faites cuire 20 min à 160°

Se conserve plusieurs mois.

