



Zitronen-Quark mit Kokosgranola

Zutaten:

400 g Magerquark
1 Zitrone
3 EL Chiasamen
2 EL Honig
80 g Haferflocken
80 g Kokosflocken
3 EL Kokosöl

Zubereitung:

Kokosöl mit 1 EL Honig im Topf flüssig werden lassen. Trockene Zutaten in eine Schüssel geben und mit der Öl-Honig-Mischung übergießen. Alles gut mischen und das Granola auf ein Backblech mit Backpapier auslegen. Im Ofen bei 160 Grad ca 10 Minuten backen. Währenddessen die Schale einer Zitrone abreiben und den Saft auspressen. Saft und Schale mit Quark, Honig und Chiasamen verrühren. Den Chiaquark auf Schraubgläser aufteilen und das abgekühlte Granola darauf verteilen.

Restliches Granola kann in einem separaten Schraubglas aufbewahrt werden.

