

Paleo müsli

PALEO MÜSLI	
För 1 burk	
2 dl	solrosfrön
2 dl	pumpakärnor
2 dl	grovhackad mandel
2 dl	grovhackade paranötter
2 dl	grovhackade hasselnötter
1 dl	riven kokos
1 dl	gojibär
1 dl	russin
0,5 dl	sesamfrön
1 tsk	äkta vaniljpulver
1 klick	kokosolja
HUSGERÅD	
Måttats	
Bunke	
Glasburk	

Paleo müsli

Paleo müsli

Så här gör du

- Sätt ugnen på 175 grader
- Blanda solrosfrön, pumpakärnor, mandel, paranötter, hasselnötter, kokos och sesamfrön i en stor bunke
- Strö över vaniljpulvret eller det du valt att smaksätta müslin med
- Klicka i kokosolja och ”krama” ihop allt tillsammans så att det blandas
- Häll müslin på en djup ugnsplåt och fördela till ett jämnt lager
- Rosta i ugnen i 15-20 minuter tills nöterna blivit lite gyllenbruna, rör lite i müslin efter halva tiden
- Ta ut och låt svalna
- När müslin svalnat blandar du ner gojibär och russin
- Häll upp i en fin burk och servera till din frukost eller mellanmål

Ät och Njut!

Blanda ner de nötter, frön, bär och frukter som du gillar. Smaksätt efter ditt tycke och få din alldeles egna variant av vår Paleo müsli!

Ät din müsli med kall kokosmjölk eller [mandelmjölk \[shoppingcarticon\]](#), på [Frisk avokadokräm](#) eller på någon annan [rawkräm](#). Man kan ha Müslin till frukost, kanske komplettera med ett ägg eller liknande, till mellanmål eller om man bara är sugen på något gott.

Paleo så gott och så enkelt!

Jenny & Magnus

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Bodystore \[shoppingcarticon\]](#) och husgeråden är länkade till webbutiken [Bagaren & Kocken \[shoppingcarticon\]](#)