



*Ma recette  
de Granola  
Home Made !*

**Serenamente ©**



# Ma recette de Granola Maison

Les ingrédients :

- 200g de flocons de riz.
- 300g de flakes d'épeautre.
- 200g de graines .
- 1 càs d'huile de coco.
- 1 cc de sucre de coco.
- réserver 3-4 poignées de pépites de chocolat.

**Serenamente ©**  
**[Attps://serenamente.fr/](https://serenamente.fr/)**





## Granola Maison

La préparation.

- Mélanger les flocons de riz et les flakes d'épeautre **Serenamente** © dans un grand saladier.
- Ajouter les graines. Mélanger.
- Ajouter l'huile de coco. Bien mélanger pour que les céréales soient imbibées d'huile de coco uniformément.
- Ajouter le sucre de coco. Mélanger.

**<https://serenamente.fr/>**

La cuisson.

- Déposer votre préparation sur du papier sulfurisé posé sur une plaque.
- Faire cuire pendant environ 30 minutes à 180°C.



## Granola Maison

Les étapes finales.

- Attendre que le Granola refroidisse.
- Essorer votre Granola avec du sopalin si vous le trouvez trop gras.
- Déposer le Granola dans votre bocal en ajoutant régulièrement une poignée de pépites de chocolat.
- Bien mélanger pour que tous les ingrédients soient répartis uniformément.
- Et voilà, c'est prêt !

<https://serenamente.fr/>

Déguster.

- À déguster avec du lait d'amandes, du lait de riz, du fromage blanc ou même des fruits frais !

**Serenamente ©**