



Barrette di muesli

Ricetta di V-ZUG SA



Preparazione 15 Min.
Tempo di cottura 25 Min.
Pezzo 16
Elettrodomestico CombairSteamer V2000 dal 2021

con fiocchi d'avena e banane

Barrette di muesli

5 CM di olio di colza
5 CM di sciroppo d'acero
1 albume
150 g di mandorle macinate
100 g di fiocchi d'avena sottili
30 g di cocco in scaglie
50 g di semi misti, tritati finemente
50 g di chips di banana, tritate finemente
4 CM di amaranto soffiato
3 CM di mirtilli rossi essiccati o uvetta, tritati
1 pizzico di fior di sale

Barrette di muesli

Preriscaldare la camera di cottura a 160 °C con calore sopra e sotto.
Impastare a mano tutti gli ingredienti fino a ottenere un composto appiccicoso. Stendere l'impasto tra due fogli di carta da forno fino allo spessore di 1 cm, premere bene con le mani. Trasferire in una teglia e rimuovere il foglio di carta forno superiore prima di cuocere.
Cuocere le barrette di muesli per 25 minuti sull'appoggio centrale.
Tagliare in 16 barrette quando sono ancora calde.

Fasi di cottura





(Pre)riscaldare la camera di cottura a 160 °C con Calore sopra/sotto

Preriscaldamento terminato. Inserire l'alimento.

Calore sopra/sotto 160 °C per 25 Min.

Accessori

Teglia

Ulteriori informazioni

Creata il

26.01.2022