

# I N G R E D I E N T E S

## GRANOLA

1 Taza de Miel Pura  
1/2 taza de azúcar  
Ralladura de 1 limón  
500 gr de avena  
150 gr de nuez  
150 gr de almendras  
150 gr de semillas de girasol  
2 cdas de chia  
1 Taza de pasas de uva

# P R O C E D I M I E N T O

- 1- En una sartén poner 1 taza de miel pura + 1/2 taza de azúcar mascabo o común + ralladura de 1 limón + 1 pizca de sal. (Le puedes agregar un chorrito de esencia de vainilla o canela si te gusta más especiada)
  - 2- Revolver a fuego bajo hasta disolver el azúcar. Reservar.
  - 3- En un bol grande poner 500 de avena + 150gr de nuez + 150gr de almendras +150gr de semillas de girasol y 2 cdas de chia.
  - 4- Mezclar todo, que quede bien mojado con la miel.
  - 5- En una placa con papel manteca o silicona poner la granola aplastada. (Si es necesario ponerlos en dos tandas). Con ayuda de una espátula revolver cada 10 minutos.
  - 6- Cocinar por 30 minutos en un horno medio a bajo
- Dejar enfriar
- 7- Agregar 1 taza de pasas negras o algún fruto que te guste. Guardar en un lugar hermético.

