



Müsli i smält choklad

Ingredienser 10 portioner

2 dl	flingor, fiberrika
2 dl	Nöt- och fröblandning, linfrö, pumpafrön o solroskärnor
1 dl	blåbär, torkade
0,5 dl	honung, flytande
75 g	choklad, mörk

Tillagning

Nyttigt glögg tillugg från Peter Jelksäter.

1. Värm ugnen till 150°C.
2. Blanda flingor och frön på plåt med bakplåtspapper och ringla över honungen. Rosta i ugnen till gyllene färg ca 12 minuter, rör om då och då.
3. Tussa ihop müsli till bollar med en eller två skedar. Låt svalna.
4. Smält choklad och doppa de rumstempererade müslibollarna till hälften och lägg i formar.