

Mueslirepen.



Ingridients

- 1 onbehandelde citroen
- 150 g ontpitten dadels
- 260 g havermout (fijn)
- 100 g notenmix
- 20 g hennepzaadjes
- 140 g ahornsiroop
- 60 g kokosolie
- 1 eetlepel kaneel of speculaaskruiden
- 50 g water



1. Doe de dadels in de mengbeker en mix **4 sec / snel 7**.
2. Voeg de noten bij de dadels en mix **4 sec / snel 7**.
3. Verwarm de oven voor op **180°C**.
4. Voeg de havermout, het hennepzaad, de kaneel en de citroenzestes toe aan de fijn gemalen dadels en noten.
5. Verwarm de ahornsiroop, 50 g water en de kokosolie in een pannetje. Roer goed om.
6. Doe de ahornmengeling in de beker en meng **30 sec / linksdraaiend/ lepeltje**.
7. Verdeel de muesli gelijkmatig over een bakvorm met bakpapier, druk aan.
8. Zet de bakvorm 20 min in de voorverwarmde oven.
9. Laat afkoelen en snij daarna in repen.

Bron: Ingridients, koke-n-etten.com/bakken.