



## AFRIKA

### Vaniljmüsli

Recept för 8 portioner

#### Ingredienser

2,5 dl rågflingor

2,5 dl havregryn

1 msk vaniljpulver

5 msk rapsolja

5 msk äppeljuice

Ev strödadlar eller andra  
torkade frukter i små bitar

#### Redskap

1 dl-mått

1 msk-mått

1 ugnsplåt

1 bakplåtspapper

1 bunke

#### Gör så här:

Sätt ugnen på 225 °C.

Häll rågflingorna och havregrynen i en skål.

Blanda ner 1 msk vaniljpulver.

Ringla över rapsoljan.

Häll i äppeljuicen.

Blanda allt och lägg blandningen på ett bakplåtspapper.

Rosta müsli i 10-13 minuter och låt svalna.

Lägg eventuellt i strödadlar eller andra torkade frukter.

Servera med yoghurt eller fil.



