Mysli på pande

SÆSON: Hele året

TIL: 4 pers.

TID: 40 min.

DET SKAL DU BRUGE:

75 g blandede kerner og nødder f.eks. solsikkekerner, hasselnødder, valnødder, kokos

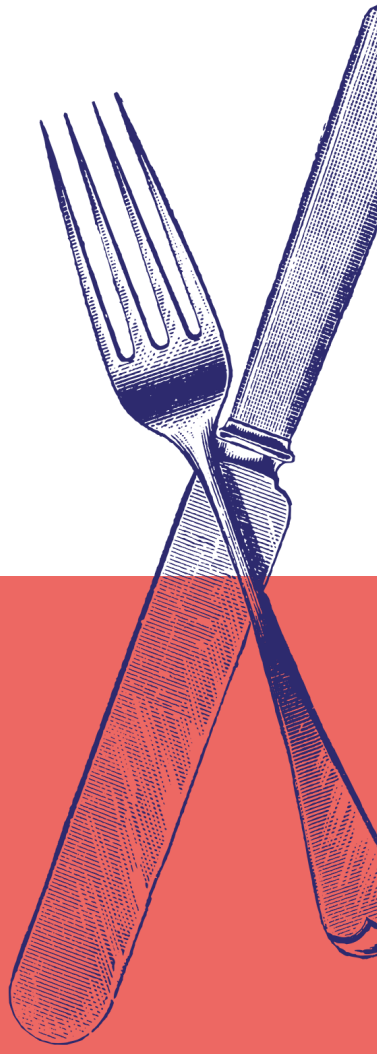
250 g havregryn

25 g sukker

50 g tørret bær og frugt f.eks. rosiner, tranebær, figner, dadler

SÅDAN GØR DU:

1. Hak nødder og kerner med en brødkniv.
2. Kom havregryn, sukker, nødder og kerner på en pande og varm det indtil det er gyldent.
   (Vent med de tørrede bær og frugter, disse tilsættes når myslien er kølet af).
3. Brug en paletkniv til at vende blandingen undervejs. Sørg for at få paletkniven helt ind under myslien, så det vendes godt rundt.
4. Rist myslien til det er gyldent og sukkeret er smeltet. Tag myslien af panden og lad det køle af på et stykke bagepapir.
5. Hak evt. det tørrede frugt.
6. Vend det tørrede frugt sammen med myslien, når den er kølet lidt af.
7. Opbevar myslien i en lufttæt beholder.



TIPS OG TRICKS

- Du kan også tilsætte friske eller tørrede bær.
- Du kan også tilsætte krydderier som kanel, vanilje, kardemomme, kakao eller et andet tørret krydderi, inden du bager myslien.
- Du kan også blende sukkeret med friske urter f.eks. citronmelisse, mynte eller sødskærm.
- Brug gerne forskellige slags gryn sammen, du kan f.eks. bruge rug–, og bygflager.