

Granola de quinoa y trigo sarraceno

INGREDIENTES

● QUINOA	150GR	● PASTA DE DÁTIL	3 C
● COPOS DE AVENA	115GR	● ACEITE DE COCO	60GR
● TRIGO SARRACENO	125GR	● EXTRACTO DE VAINILLA	2 C
● PIPAS DE CALABAZA	85GR	● SULTANAS	100GR
● PIPAS DE GIRASOL	85GR	● MELOCOTÓN DESECADO	50GR
● SEMILLAS DE CHÍA	85GR		
● COCO DESECADO	60GR		
● NUECES	100GR		
● CANELA	1 C		

PREPARACIÓN

- PRECALENTAR EL HORNO A 160°C. FERRAR 2-3 BANDEJAS DE HORNO GRANDES CON PAPEL DE HORNEAR.
- PONER LA QUINOA EN UN COLADOR Y ENJUAGARLA BAJO EL CHORRO DE AGUA FRÍA. PONER EN UNA CACEROLA CON 500 ML DE AGUA. LLEVAR A EBULLICIÓN, TAPAR Y COCER A FUEGO LENTO DURANTE 12 MINUTOS O HASTA QUE ESTÉ AL DENTE.
- COLAR Y PASAR A UN BOL PARA MEZCLAR. AÑADIR LA AVENA, EL TRIGO SARRACENO, LAS SEMILLAS Y PIPAS, EL COCO, LAS NUECES Y LA CANELA.
- EN UNA CACEROLA PEQUEÑA, CALENTAR SUAVEMENTE LA PASTA DE DÁTIL, EL ACEITE Y LA VAINILLA HASTA QUE SE COMBINEN. INCORPORAR A LA MEZCLA DE QUINOA Y DEJARLA EN REMOJO DURANTE 10 MINUTOS.
- REPARTIR EN LAS BANDEJAS CON UN GROSOR DE 1 CM. HORNEAR DURANTE 20 MINUTOS Y REMOVER. BAJAR EL HORNO A 140°C Y HORNEAR DURANTE 20 MINUTOS, LUEGO REMOVER. ASAR DURANTE 20 MINUTOS MÁS.
- MEZCLAR LAS SULTANAS Y LOS ALBARICOQUES Y REPARTÉLOS POR IGUAL EN LAS BANDEJAS. DEJAR ENFRIAR COMPLETAMENTE ANTES DE TRANSFERIR A UN RECIPIENTE HERMÉTICO, O SERVIR.