



Rugbrøds crunch

med nødder og kakao

10 personer

Ingredienser

- 250 g mørkt rugbrød, 5 skiver
- 50 g hasselnødder
- 2 spsk sukker
- 2 tsk kakao
- 2 tsk kanel

Fremgangsmåde

1. Tænd ovnen på 180 grader
2. Del rugbrødet i mindre stykker og kom stykkerne i foodprocessor
3. Kom derefter nødder, sukker, kanel og kakaopulver i
4. Kør foodprocessoren til det er findelt
5. Spred müsli på en bageplade og bages 8-10 minutter til det er sprødt
6. Afkøles helt og opbevares i lufttæt beholder

Tip!

Du kan vælge mandler eller valnødder i stedet for hasselnødder

Næringsindhold Pr. 100 g

Energi	285 kcal/1197KJ
Fedt	8,5 g
Kulhydrat	40,5 g
Protein	7 g