Granola casera con yogur



Tiempo de preparación: 60 Min

Ingredientes

Almendras: 100 g
Semillas de sésamo: 100 g
Avena: 500 g
Semillas de Quinoa: 100 g
Semillas de Girasol: 100 g
Semillas de Amaranto: 100 g
Castañas de para: 100 g
Castañas de caju: 100 g
Pistachos: 100 g
Miel: 1 Taza
Azucar de caña: 1 Taza

Preparación de la Receta

Para comenzar

- Tostamos en horno almendras, castañas de *cajú*, castañas de pará y pistachos
- Reservamos.

Por otro lado, tostamos las semillas

- Girasol, *sésamo*, *amaranto*, *quinoa* y *avena*
- Luego, llevamos ambas preparaciones a una olla, añadimos miel y azúcar de caña hasta caramelizar, sin dejar de revolver.
- Una vez que obtuvimos el punto deseado, llevamos a una placa siliconada
- Dejamos que baje la temperatura sin que enfríe totalmente
- Luego, fraccionamos y guardamos en frascos.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/granola-casera-con-yogur