

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

Azúcar de caña: 1 Taza

Preparación de la Receta

Para comenzar

- Tostamos en horno almendras, castañas de *cajú*, castañas de para 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>