

# MYSLI PÅ PANDE

TIL 8 PERS.  
TID: 40 min.  
SVÆRHEDSGRAD: 2

SÆSON

HELE ÅRET

## DET SKAL DU BRUGE

150 g blandede kerner og nødder (solsikkekerner, hasselnødder, valnødder, kokos eller andre nødder)

½ kg havregryn (kan erstattes af bygflager eller rugflager)

50 g sukker

100 g tørret bær og frugt (rosiner, tranebær, figner, dadler eller anden tørret frugt du kan lide)

## 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.. Vend blandingen undervejs.
3. Tag myslien af panden og lad det køle af på et stykke bagepapir.
4. Hvis du bruger store stykker tørret frugt, kan du hakke dem lidt.
5. Vend den tørrede frugt sammen med myslien, når den er kølet lidt af.
6. 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.
- Mysli smager godt på yoghurt, med mælk eller som knas på en dessert.