

Les croustilloux qui changent tout !

Muesli croustillant maison



Ingrédients :

- 200 g de flocons d'avoine petits
- 100 g de mélange de fruits oléagineux concassés à l'aide d'un hachoir (amandes, noix, graines de courges, noix de cajou, noisettes...)
- 2 cuil à soupe d'huile d'olive
- 25 g de miel dilué dans 100 ml d'eau. N'hésitez pas à mettre plus de miel si vous ne rajoutez pas ensuite des fruits secs aux croustilloux

Mélangez bien tous les ingrédients, étalez sur une plaque et passez au four 30 min à **150°C**, remuez à mi-cuisson ! Je les laisse souvent dorer encore quelques minutes pour qu'ils soient encore plus croustillants.

J'ai essayé également en remplaçant l'eau par du jus de pomme et en rajoutant une cuil. à soupe de cannelle. Super bon !

En plus, à rajouter après cuisson : fruits secs découpés (abricots, figues, dattes...)
Ou pépites de chocolat

Idéal pour décorer des verrines de fruits frais ou disposer sur des fruits cuits façon crumble.



Tout simplement mélangés à un yaourt et un fruit pour un en-cas complet !
Ou dégustés avec du lait froid.