



Overige

Homemade granola parfait met skyr

Voor 2 personen.

Ingrediënten

300 gram skyr (of Griekse yoghurt)
rode vrucht (gedroogd of vers)
1 eetlepel honing

Voor de granola

300 gram havervlokken
2 eetlepels cashewnoten (gecrusht)
2 eetlepels pecannoten (gecrusht)
2 eetlepels amandelschilfers
4 eetlepels pittenmix
1 eetlepel speculaaskruiden
2 eetlepels arachideolie
2 eetlepels rietsuiker
2 eetlepels rozijnen

Deze granola-yoghurt parfait is het perfecte ontbijt: de combinatie van zelfgemaakte granola, eiwitrijke yoghurt en lekkere vruchten is niet alleen lekker en evenwichtig, maar ook super voedzaam!

Bereidingswijze

Voor de granola

Verwarm de oven voor op 190°C. Meng alle droge ingrediënten voor de granola in een kom. Overgiet met de arachideolie en meng goed.

Stort het mengsel op een met bakpapier beklede bakplaat en bak de granola in ongeveer 20 minuutjes krokant in de oven. Roer halverwege even om.

Laat de granola afkoelen op de bakplaat en bewaar koel in een afgesloten bokaal.

De parfait

Doe een laagje granola in de kommetjes. Druppel er een beetje honing over en schep er een lepel skyr op. Herhaal en eindig met een laagje granola.

Werk de granola-skyr parfait af met gedroogde of verse vruchten, zoals frambozen en blauwe bessen. Serveer meteen.

Tips ter variatie

- Gebruik skyr met een smaakje
- Voeg wat kaneel toe

Bewaartip:

Je kan de droge granola tot wel 3 weken bewaren!

Keukenbenodigdheden

Oven

