



## Special: tropische kokosgranola

met ananas en dadels



ca. 30min



2 personen

Doordeweek gaat die wekker vroeger af dan ons lief is. Sloffend begeven we ons naar de keuken, naar het koffiezetapparaat voor het eerste shotje cafeïne. Je gooit de koelkastdeur open, maar er is niet veel meer dan een beker hangop in de koelkast te vinden. Gelukkig heb je de dag ervoor het recept voor deze granola met stukjes ananas en kokos gemaakt. De dag begint zo gelijk een stukje aangenamer!

## Wat je van ons krijgt

- 1 zakje cashewnoten <sup>15</sup>
- 1 zakje pecannoten <sup>15</sup>
- 1 limoen
- 1 blikje ananasstukjes
- 1 sachet kaneel
- 1 zakje vanillesuiker
- 1 pak havervlokken <sup>1</sup>
- 1 zakje gedroogde dadels
- 2 zakjes kokosvlokken
- 1 beker hangop <sup>7</sup>

## Wat je thuis nodig hebt

- zout
- suiker
- plantaardige olie

## Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- staafmixer met beker
- fijne keukenrasp
- zeef
- middelgrote koekenpan met deksel

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

### Kooktip

Het totale aantal porties is 8. Je kunt de granola tot 2 weken in een afgesloten verpakking bewaren.

### Allergenen

gluten (1), melk (7), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

### Voedingswaarde per portie

calorieën 380kcal, vet 19.0g, koolhydraten 41.0g, eiwit 8.6g



### 1. Noten hakken

Verwarm de oven voor op 180°C. Hak de **cashewnoten** en **pecannoten** grof.



### 2. Limoen voorbereiden

Rasp de **limoenschil** fijn en pers de **limoen** uit.



### 3. Karamel maken

Bestuif de bodem van een kleine kookpan met 4el suiker en laat het op matig vuur smelten. Wacht totdat de suiker goudbruin is (maar nog geen rookpunt bereikt heeft). Roer niet door de suiker!



### 4. Ananas toevoegen

Giet ondertussen de **ananas** af en roer de stukjes vlug door de **karamel**. Voeg dan **1/2tl kaneel**, **1el limoensap**, de **vanillesuiker** en een snuf zout toe. Leg een deksel op de pan en laat alles 3min zachtjes pruttelen. Doe het **anasmengsel** met 4el olie in een hoge (maat)beker. Pureer glad met een staafmixer.



### 5. Granola mengen

Doe de **havervlokken**, **dadels**, **kokosvlokken**, **noten** en **1tl limoenrasp** in een grote kom. Voeg de **anaspuree** toe en schep om, net zolang totdat de **granola** samenklontert. Je kunt voor een zoetere smaak 1el suiker toevoegen.



### 6. Granola bakken

Spreid de **granola** in een dunne laag over een bakplaat met bakpapier uit. Bak de **granola** 15-20min, schep halverwege om (houd de granola de laatste min goed in de gaten!). Laat de **granola** volledig afkoelen en serveer met de **hangop** (zie tip, links).