

Rezept

Schoko-Müsliriegel mit Mandeln

Ein Rezept von Schoko-Müsliriegel mit Mandeln, am 28.06.2026

Zutaten

40 g Zartbitterkuvertüre	140 g Haferkleie
140 g gehackte Mandeln	80 g gemahlene Mandeln
20 g Kokosraspel	1 Prise Salz
1 TL Zimtpulver	2 EL Olivenöl
80 g Ahornsirup	80 g Honig
60 g Sahne	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 12 Riegel | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 245 kcal, 16 g F, 7 g EW, 17 g KH

Zubereitung

1. Den Backofen auf 170° vorheizen, eine Form (ca. 26 × 20 cm) mit Backpapier auslegen. Die Kuvertüre fein hacken und mit Haferkleie, Mandeln, Kokosraspeln, Salz und Zimt in einer Schüssel mischen. Öl, Ahornsirup, Honig und Sahne in einer zweiten Schüssel mit dem Schneebesen verrühren. Zur Mandelmischung gießen und alles gut vermischen.
2. Die Masse in die Form geben und mit einem Teigschaber gleichmäßig festdrücken. Mit einem Messer in 12 Riegel teilen und im Ofen (Mitte) ca. 20 Min. backen. Herausnehmen, die Riegel voneinander trennen und abkühlen lassen. Im Kühlschrank ca. 1 Woche haltbar.