

Granolapizza mit kalifornischen Walnüssen

Zubereitungszeit:
Garzeit: 20 Minuten

Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie:	614 kcal	Fett:	41 g
Eiweiß:	15,3 g	Davon gesättige Fettsäuren:	8,5 g
Kohlenhydrate:	41,7 g	ungesättige Fettsäuren:	32,5 g

Zubereitung:

1. Den Ofen auf 170°C (Umluft: 150°C, Gas: Stufe 2) vorheizen und eine Springform (Durchmesser 23 cm) mit Backpapier auslegen.

2. Das Rapsöl und den braunen Reissirup miteinander vermischen.

3. Die kalifornischen Walnüsse, Leinsamen, Kürbiskerne und Haferflocken in einer Rührschüssel vermengen und die Reissirupmischung gleichmäßig unterrühren. Die Masse in die Springform geben und mit der Rückseite eines Löffels flachdrücken. Im Ofen für ca. 20 Minuten backen bis das Gebäck goldbraun ist und vollständig auskühlen lassen.

4. Joghurt, Beeren und Walnüsse vermischen und das Granola damit toppen. Vor dem Servieren mit Honig beträufeln.

Zutaten für 4 Portionen :

Für das Granola:
- 2 EL Rapsöl
- 60 ml brauner Reissirup
- 60 g kalifornische Walnüsse, grob gehackt
- 3 EL Leinsamen gemahlen
- 2 EL Kürbiskerne
- 120 g Haferflocken

Für das Topping:
- 300 g griechischer Joghurt
- 150 g Blaubeeren
- 70 g Brombeeren
- 60 g kalifornische Walnüsse, gehackt
- 2 EL Honig