

FICHE DE RECETTE

Granola salé

Type de recette	Accompangement
Nombre de portions	
Temps de préparation	
Prix / Portion (HT) :	

INGRÉDIENTS

PRODUIT	QUANTITÉ	UNITÉ
Noisettes/noix	30	Gr
Graines de courge	30	Gr
Graines de tournesol	30	Gr
Flocons d'avoine gros	30	Gr
Paprika	2	Gr
Curcuma	2	Gr
Miel	12	Gr
Fleur de sel		
Sauce soja	1	Càs
Huile de tournesol	1	Càs

DESCRIPTION DE LA RECETTE

- 1) Préchauffer le four à 160°C
- 2) Mélanger tous les ingrédients secs puis les ingrédients liquides
- 3) Placer sur une plaque recouverte de papier de cuisson ou sur une toile silpat
- 4) Enfourner pour 20 minutes en remuant toutes les 5 minutes (ou remuer à la fin pour bien enrober)
- 5) Laisser refroidir totalement
- 6) Émietter si nécessaire

Conserver à l'abri de l'humidité



