

Granolas

(4 tasses)

2 tasses d'avoine
½ tasse de miel
½ tasses d'huile
½ tasse de graines de sésame
½ tasse de graines de lin
½ tasse de graines de tournesol
½ tasse de canneberges

Bien mélanger tous les ingrédients ensemble sauf les canneberges. Étendre le mélange sur une plaque a cuisson allant au four et cuire à 350f 15 à 20 minutes ou jusqu'à ce que les flocons d'avoine soient dorés, en brassant à la mi-cuisson. Une fois le mélange refroidit, ajouter les canneberges et servir sur du yogourt, avec du lait ou sur de la crème glacée.