



## Rezeptur für GeoGenuss-Müsliriegel

### Zutaten für ca. 350 g Müsliriegel

- 180 g Haferflocken, zart (künftig vom Wassergut Canitz oder Polkenmühle)
- 2 EL Haselnüsse aus dem Obstland, gemahlen
- 7 EL Rapsöl (vom Plescherhof,
- 5 EL Porphyryland Blütenhonig, aus Wermisdorf
- 160 g Trockenfrüchte und Walnüsse aus der Region (Pflaumen, Äpfel)
- Wenn vorhanden, Vogelbeeren und Bucheckern, Sachsenforst
- 1 EL wenn gewünscht, von Kindern sehr empfohlen, Wermisdorf Nussnugatcreme
- Gewürze (Pfefferminze (auch frisch), macht es den Riegel frischer, oder Fenchelsaat, macht den Riegel bekömmlicher) (sicher auch beim GeoGenuss-Partner Kräuterhof Falkenhain zu bekommen)
- Oblaten



### Zubereitung:

- Haferflocken abwiegen
- Haselnüsse knacken, putzen und mahlen (Hinweis für Allergiker: das Rezept funktioniert auch ohne Haselnüsse)
- Trockenfrüchte und Nüsse abwiegen und gemeinsam mit den Kräutern hacken
- Die Trockenmasse mischen
- Öl und Honig leicht erhitzen, bis beides eine homogene Masse ist. Achtung, nicht aufkochen lassen, Verbrennungsgefahr.
- Diese unter die Trockenmasse heben und mischen
- Ggf. Haferflocken nachgeben für eine bessere Konsistenz oder Öl
- Ggf. Nussnugatcreme darunterziehen
- Die Masse gut mit Hand kneten
- Die Hände mit kaltem Wasser abwaschen
- Kleine Bällchen formen
- Die Bällchen zwischen Oblatenblättern breitdrücken
- Im Kühlschrank abkühlen und fester werden lassen
- Ca. 4 Wochen ungekühlt haltbar



**Diese Erlebnisse kann man auf sich wirken lassen, wenn man die Zutaten für den Müsliriegel selbst sammeln will:**

- Die Geoportale Röcknitz, Hohburg und Mügeln
- Die Georerlebniswerkstatt in Trebsen
- Das Land der Steinarbeiter
- Die Obstlandroute
- Die Geschmackserlebnisse der GeoGenuss-Partner**

