



Sonnenguetzli für trübe Tage.

Sie brauchen für die Herstellung dieser Guetzlis ca. eine Kilowattstunde Premium Solar.

200 g Butter in einer Pfanne schmelzen
150 g Rohrzucker begeben und Herdplatte ausschalten
3 Esslöffel Bio-Sonnenblumenkerne beimischen
2 Prisen Salz einstreuen
1 Päckli Vanillezucker und
5 Esslöffel Honig beimengen
400 g Haferflocken daruntermischen
Wer Zimt mag kann noch etwas Zimt hinzufügen

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen.

Die fertige Mischung auf ein Backpapier auf einem rechteckigen Blech 1 cm dick ausstreichen und mit einem Küchenbrett glatt drücken. Ca. 15 Minuten lang backen, bis die Masse hellbraun wird.

Auskühlen lassen, die Masse dann in rechteckige Stücke schneiden.
In einer Dose aufbewahren.

Die Redaktion wünscht guten Appetit!