



Beskrivelse

Bland havregryn, hakkede mandler og solsikkekerner i en stor skål. Opvarm sirup og vand i en lille gryde til det netop smelter sammen. Hæld den lune sirupslage ud over blandingen og rør det godt sammen. Opvarm ovnen til 120 grader. Fordel blandingen jævnt ud på en bageplade beklædt med bagepapir. Bag myslien i 25 minutter og lad den efterfølgende afkøle helt ved stuetemperatur. Tilsæt rosiner og frysetørrede jordbær. Opbevar myslien i en tætsluttende beholder. Nyd den ovenpå ymer, skyr eller lignende.

Ingredienser

200 g grovvalset havregryn

40 g grofthakkede mandler

40 g solsikkekerner

1 dl ahornsirup

½ dl vand

60 g mørke rosiner

10 g frysetørrede jordbær