

# Granolapizza mit kalifornischen Walnüssen



### Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie: 614 kcal
Eiweiß: 15,3 g
Kohlenhydrate: 41,7 g

Davon gesättige Fettsäuren: 8,5 g ungesättige Fettsäuren: 32,5 g

Fett: 41 g

Zubereitungszeit: Garzeit: 20 Minuten

# Zubereitung:

- 1. Den Ofen auf 170°C (Umluft: 150°C, Gas: Stufe 2) vorheizen und eine Springform (Durchmesser 23 cm) mit Backpapier auslegen.
- 2. Das Rapsöl und den braunen Reissirup miteinander vermischen.
- 3. Die kalifornischen Walnüsse, Leinsamen, Kürbiskerne und Haferflocken in einer Rührschüssel vermengen und die Reissirupmischung gleichmäßig unterrühren. Die Masse in die Springform geben und mit der Rückseite eines Löffels flachdrücken. Im Ofen für ca. 20 Minuten backen bis das Gebäck goldbraun ist und vollständig auskühlen lassen.
- 4. Joghurt, Beeren und Walnüsse vermischen und das Granola damit toppen. Vor dem Servieren mit Honig beträufeln.

#### Zutaten für 4 Portionen :

#### Für das Granola:

2 EL Rapsöl

60 ml brauner Reissirup

60 g kalifornische Walnüsse, grob gehackt

3 EL Leinsamen gemahlen

2 EL Kürbiskerne

120 g Haferflocken

## Für das Topping:

300 g griechischer Joghurt

150 g Blaubeeren

70 g Brombeeren

60 g kalifornische Walnüsse, gehackt

2 EL Honig