

Flapjacks aux cranberries et noix de coco déshydratées

Ingrédients pour 10 petites barres:

45g de beurre
1 CS de sucre roux
1 CS de miel de châtaigniers
100g de flocons d'avoine
2 CS de cranberries déshydratées coupées en petits morceaux
2 CS de dés de noix de coco déshydratée coupés en deux

Faites fondre le beurre avec le sucre roux et le miel dans une casserole. Ajoutez les flocons d'avoine et les fruits. Remuez bien. Garnissez un moule à barres de céréales avec la préparation ou à défaut, étalez la préparation sur 1,5cm d'épaisseur et mettez au four pour 15min à 180°.

Démoulez et laissez refroidir. Si vous avez étalé la préparation sur une plaque, il conviendra de détailler vos barres avant total refroidissement.