

Mueslirepen uit de voedseldroger

Ingrediënten

10 Medjoul dadels
60 gram gemengde noten
15 gram zonnebloempitten
15 gram pompoenpitten
10 gram sesamzaad
8 gram kokosrasp
4 gedroogde abrikozen
10 gram havervlokken



Bereiden

1. Week de dadels 1 nacht in 50ml water
 2. Hak de dadels en abrikozen met het weekwater tot moes met de foodprocessor
 3. Hak de andere ingrediënten grof in de foodprocessor (pulseer)
 4. Meng alle ingrediënten dan samen en maak er een grove massa van (pulseer de foodprocessor zodat het niet te fijn wordt, een bite is lekker)
 5. Vul de silicone mueslivorm met de massa, strijk en druk goed aan.
 6. Plaats de mueslimat in de voedseldroger, stel deze in op 70 graden en droog de repen 4 uur.
 7. Haal de mueslirepen voorzichtig uit de mueslimat en plaats deze op een droogrooster, droog nog 4 uur in de voedseldroger of totdat ze stevig en knapperig zijn.
 8. Bewaar de mueslirepen in een goed afsluitbare bewaardoos (bijvoorbeeld de [Zwilling Fresh&Save](#)). Ze blijven maanden vers.
- ➔ Maak je eigen mueslirepen door te variëren met de ingrediënten.

(bron: WMF.nl)

