

## Recette de base

**Portions :** 2 tasses

**Préparation :** 10 minutes

**Cuisson :** 30 minutes

**Conservation :**

- Environ 30 jours au garde-manger dans un contenant fermé



# Granola de base



80 ml (1/3 tasse)  
de **beurre**  
ou de margarine



60 ml (1/4 tasse)  
de **sucré**



30 ml (2 c. à soupe)  
de **mélasse**



500 ml (2 tasses)  
de **flocons d'avoine**  
à cuisson rapide

**Avertissement :** Cette recette n'est pas adaptée pour les tout-petits dû au risque d'étouffement.

**Délicieux avec du lait ou un de ses substituts, du yogourt ou une compote de fruits.**

## Préparation

- 1 Placer la grille au milieu du four et préchauffer le four à 163 °C (325 °F). Huiler une plaque de cuisson ou recouvrir la plaque de papier parchemin.
- 2 Dans une grande casserole, chauffer à feu moyen-doux le **beurre**, le **sucre** et la **mélasse**. Mélanger avec une cuillère de bois jusqu'à ce que le beurre soit fondu et qu'on ne voit plus le sucre, environ 5 minutes.
- 3 Ajouter les **flocons d'avoine** et bien mélanger.

**Variante:** Vous pouvez ajouter des noix ou des graines en même temps que les flocons d'avoine.

- 4 Étendre le mélange de flocons d'avoine sur la plaque de cuisson et cuire au four 10 minutes.
- 5 Sortir la plaque du four, puis mélanger les flocons d'avoine en prenant soin de ramener les flocons plus dorés vers le centre avec une spatule. Remettre au four 10 minutes.
- 6 Sortir la plaque du four, puis mélanger une dernière fois et remettre au four 5 minutes.
- 7 Une fois la préparation cuite, laisser tiédir complètement et casser ensuite en petits morceaux pour en faire du granola.

**Variante:** Vous pouvez ajouter des raisins secs hachés (ou autres fruits séchés), du zeste d'orange et de la cannelle après la cuisson.

### Participation de l'enfant

#### 2 ans et +

- Chercher avec vous les ingrédients de la recette
- Huiler la plaque
- Étendre le mélange de flocons d'avoine sur la plaque