

# Hemmagjord müslibar (vegansk)



15 min. 121 kcal SteviaSweet Flytande

## Gör så här

Tillsätt jordnötssmöret, hälften av havreflingorna, banan, [SteviaSweet Flytande](#) och vaniljpulvret i en matberedare. Kör tills blandningen blir slät. Om blandningen blir något torr kan du tillsätta en skvätt kallt vatten. Häll smeten i en blandningsskål och tillsätt pumpafröna samt resten av havreflingorna. Tryck ut blandningen i en form på bakplåtspapper och låt den stelna i kylskåpet i ungefär en timme.

Skär upp plattan till stänger och förvara kallt.

## Ingredienser för 2 portioner

|         |                                      |
|---------|--------------------------------------|
| 50 g    | jordnötssmör naturell                |
| 2 dl    | havreflingor                         |
| 1       | mogen banan                          |
| 1 tsk   | <a href="#">SteviaSweet Flytande</a> |
| 1/2 tsk | vaniljpulver                         |
| 50 g    | pumpafrö                             |

## Näringsvärde per portion

|     |               |
|-----|---------------|
| 121 | kcal          |
| 508 | kJ            |
| 5   | g Protein     |
| 11  | g Kolhydrater |
| 6   | g Fett        |