

## NABU-Herne Fett-Haferflocken

Von Norbert Kilimann Otto-Hue-Str. 39 44623 Herne ©

500 g Palminfett

200 g Sonnenblumenöl

1500 g feine Haferflocken

Herstellung:

Das Palminfett auflösen und heiß werden lassen. Das Sonnenblumenöl, feine Haferflocken hinzu geben und 5 Minuten verrühren ( In der Zeit saugen sich die feinen Haferflocken voll Fett ). Dann mit der Hand die Haferflockenmasse durchkneten. Erkalten lassen und mit der Hand die Haferflockenmasse zerbröseln.