

Φτιάξτε σπιτικές μπάρες δημητριακών!

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Για να έχετε πάντε ένα υγιεινό σνακ στη δουλειά, το σχολείο ή την εκδρομή δοκιμάστε τη συνταγή των σπιτικών cereal bars που θα σας δώσουμε και θα ενθουσιαστείτε!

Είναι πολύ γευστικά, δεν περιέχουν συντηρητικά και είναι φτιαγμένα από αγνά υλικά της κουζίνας σας.

- **Χρόνος προετοιμασίας:** 12-15 λεπτά
- **Χρόνος ψησίματος:** 15-20 λεπτά

Υλικά:

- 175 γρ. νιφάδες βρώμης
- 50 γρ. σταφίδες ([περισσότερα...](#))