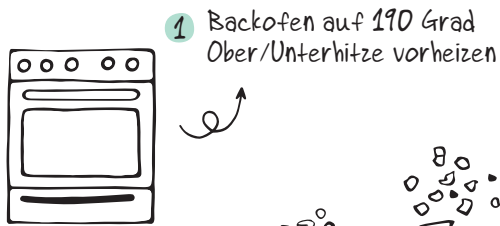
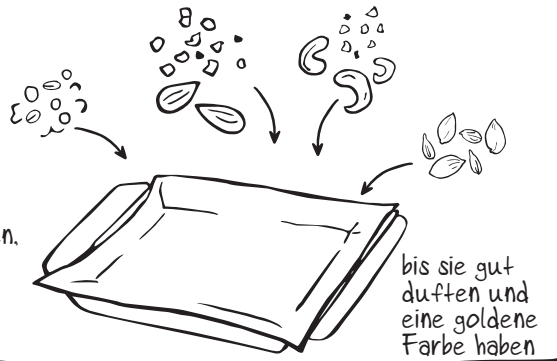


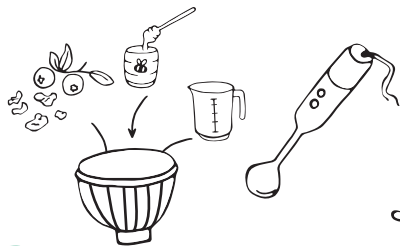
# Nussriegel



2 Kerne und Nüsse für einige Minuten anrösten.



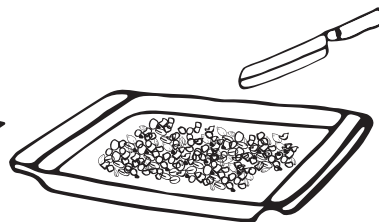
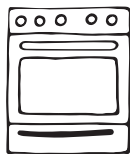
4 Kerne und Nüsse in eine große Rührschüssel geben



6 Alle Zutaten gut miteinander vermengen



7 Für 25-30 Minuten backen



8 Ein paar Stunden abkühlen lassen, portionsgerechte Stücke schneiden

9 Guten Appetit!



Nervennahrung selbst gemacht!

