

Müsliriegelrezept

Das Rezept ergibt etwa 45 Riegel á 100 g:

- 500 g Butter
- 500 g Honig
- 300 g Bitterschokolade
- 500 g Zucker
- 500 g Ovomaltine
- 500 g Milchpulver
- 300 g Rosinen
- 300 g gehackte Nüsse (Haselnüsse, Walnüsse, Mandeln, Erdnüsse ...)
- 1000 g Haferflocken

Zuerst die Butter in einem großen Topf, möglichst im Wasserbad, schmelzen. Dann nacheinander den Honig, die Schokolade, den Zucker, die Ovomaltine und das Milchpulver darin auflösen, so dass sich eine noch flüssige Masse ergibt. Die Rosinen und die Nüsse unterarbeiten und schließlich solange Haferflocken zugeben bis einem der Arm vom Umrühren abfällt oder die Haferflocken mit der zähen Masse keine Verbindung mehr eingehen wollen.

Nun kann man aus der entstandenen Masse, solange diese noch warm ist, Riegel, Kugeln, tetragonale Dipyramiden oder was einem sonst noch gefällt, formen. Sinnvoll ist, die Portionen nach der Formgebung in Alufolie einzuwickeln. Das verhindert das Verkleben der Riegel und erleichtert deren Transport ungemein. Nach dem Abkühlen wird das ganze fest und behält seine Form bei. Im Kühlschrank oder auf Spitzbergen aufbewahrt, halten sich die Riegel mindestens ein halbes Jahr. Ihre Haltbarkeit wird in der Regel wesentlich stärker von hungrigen Expeditionsteilnehmern herabgesetzt, als von irgendwelchen Zerfallsprozessen.

Dieses Rezept wurde mehrfach angewendet und funktioniert ausgezeichnet. Dennoch möchte ich alle zum Experimentieren mit den Mengenverhältnissen und vor allem mit neuen Zutaten aufrufen, denn erst dann macht das Riegelkochen richtig Spaß.