**Granola de mango**

Has comido granola, pero ¿alguna vez has comido granola con mango? Esta mezcla se prepara en un instante y ofrece una merienda dulce pero sustancial para llevar siempre que necesites un bocado para coger impulso.

#### Ingredientes

* **3 tazas** de avena en hojuelas
* **1** mango grande, picado
* **½ taza**de almendras crudas
* **⅓ taza** de semillas de cáñamo
* **⅓ taza** de sirope de arce o pasta de dátiles
* **1** banano, machacado
* **1 cucharadita** de canela
* **1 cucharadita** de extracto de vainilla
* **¼ de cucharadita**de sal marina

#### Preparación

* 1. Precalienta el horno a 330 grados F (165 grados C).
* 2. Mezcla todos los ingredientes en un envase.
* 3. Esparce la mezcla de manera uniforme en una bandeja cubierto con papel para hornear.
* 4. Hornea por 45 minutos, revolviendo cada 10 minutos. Si tu horno se calienta de manera desigual, voltea la bandeja aproximadamente a la mitad de la cocción para asegurar una cocción uniforme.

#### Consejos Para Cocinar

* 1. Alternativamente, hornea en un horno de convección a 425 grados F (218 grados C) durante 20 minutos o hasta que esté crujiente.