**Receita de barrinha de cereal**

Tempo de preparo: 30 min

Rendimento: 30 porções

Receita de Carolina Valadão

Ingredientes

* ½ xícara de chá de aveia fina
* 1 xícara de chá de aveia em flocos
* 1 xícara de chá de granola
* 4 colheres de sopa de linhaça triturada
* 20 castanhas de caju
* 1 xícara de chá de uva passa picada
* ½ xícara de chá de mel
* 1 colher de sopa de manteiga
* 2 colheres de dextrose sem sabor (glicose)

Modo de preparo

1. Em uma panela, derreta a manteiga e junte o mel.
2. Acrescente a dextrose e misture até ficar homogêneo.
3. Acrescente a uva passa e deixe ferver até a mistura ficar meio escurinha.
4. Em uma tigela, misture bem os demais ingredientes.
5. Despeje a mistura da panela na tigela com os ingredientes secos.
6. Misture bem até virar uma pasta.
7. Cubra uma forma com papel manteiga e arrume a mistura sobre o papel para que não grude.
8. Acerte para que fique bem lisa e homogênea.
9. Espere esfriar, corte em pedaços e embrulhe em papel manteiga ou celofane.

Esta receita está disponível na página

http://www.tudogostoso.com.br/receita/141541-barrinha-de-cereal.html