

Knækbrød

Ingredienser til ca. 50 stk (4 plader)

1 dl. havregryn
1 dl. sesamfrø
1 dl. hørfrø
1 dl. solsikkefrø
1 dl. græskarkerner
1 dl. rugmel
2½ dl. hvedemel
1 tsk. bagepulver
1½ tsk. salt

2 dl. vand
1 dl. rapsolie

evt. pynt

blå birkes
parmesanost
sesamfrø

Fremgangsmåde:

Rør de tørre ingredienser sammen. Tilsæt vand og olie og rør til en jævn dej. Del dejen i 4. Hvert stykke dej rulles med en kagerulle imellem 2 stykker bagepapir (for at det ikke skal klistre). Fjern det øverste stykke papir og placer det nederste stykke bagepapir (med dejen) på bagepladen. Skær dejen i firkanter med en pizzaskærer. Bag knækbrøddene i en forvarmet ovn på 200 gr. i max.ca. 20 min. (alm. ovn) - eller til de er gyldne. Under afkøling på bagerist bliver knækbrødet helt sprødt. Når de er afkølede opbevares de bedst i en kagedåse eller i et patentglas.

Kommentarer:

Der er mange muligheder for variationer af knækbrøddene - man kan også pynte dem med blå birkes, parmesanost eller sesamfrø. Hvis man vil bruge knækbrødet som snacks eller som tilbehør til suppe er parmesanost på toppen rigtigt godt. Skær dem eks. i lange baner i stedet for firkanter.



Layout, tekst, foto: Janne Aarre 2010 www.golfognatur.dk

Velbekomme