

Knækbrød

1 dl havregryn
1 dl sesamfrø
1 dl hørfrø
1 dl solsikkekerner
1 dl græskarkerner
3 ½ dl mel
2 dl vand
1 ¼ dl olie
1 tsk. bagepulver
2½ tsk. fint salt

Rør alle ingredienserne sammen og del dejen i 3 portioner.

Hver portion rulles tyndt ud mellem to stykker bagepapir og lægges på en bageplade.

Fjern det øverste stykke bagepapir og skær dejen for, (evt. med en pizzakniv) hvor knækbrødet skal deles efter bagningen.

Bag knækbrødet midt i ovnen ved 200 grader i 15-20 min. til det er gyldent.

Lad knækbrødet afkøle helt på en bagerist og opbevar det i en lufttæt beholder, så sprødheden bevares.

”Disse vare ordene – og det er meget let.”