

Bag selv

SUNDE KIKS / KNÆKBRØD

1 dl SOLSIKKEKERNER

1 dl GRÆSKARKERNER

1 dl SESAMFRØ

1 dl HØRFRØ

2 dl HAVREGRYN

2,5 dl MEL

¾ dl OLIE

2 ¼ dl VAND

1 tsk. BAGEPULVER

1 tsk. SALT



ALT BLANDES OG HVILER I CA. 30 MIN.

FORDELES PÅ BAGEPAPIR PÅ 2 PLADER.

BAGEPAPIR LÆGGES PVENPÅ - OG DEJEN RULLES UD.

TAG DET ØVERSTE BAGEPAPIR AF OG AFMÆRK KIKSENS STØRRELSE MED EN KLEJNESPORE ELLER LIGNENDE.

BAGES VED 190 GR I 15 – 20 MIN TIL DE ER LYSEBRUNE OG SPRØDE.
(BLIVER MERE SPRØDE NÅR DE ER KOLDE)

GOD FORNØJELSE

Den bedste START-side : STARTER.DK