



Kruidencrackers

Ingrediënten:

- 2 eiwitten
- 1 el olijfolie
- 100g amandelmeel
- 100g quinoameel of teffmeel
- 1 el gedroogde oregano
- 1 el gedroogde basilicum
- 1 tl gedroogde uienpoeder
- 1 tl knoflookpoeder
- ¼ tl gemalen paprika
- flinke snuf vers gemalen (Keltisch)zee- of roze Himalayazout
- snufje vers gemalen peper

Bereiding

Verwarm de oven voor op 170graden. Klop in een kom de eiwitten en olijfolie samen door elkaar. Voeg de rest van de ingrediënten toe en roer goed door elkaar. Geen klontjes. Verdeel het deeg in tweeën en leg ieder deel op zijn eigen vel bakpapier. Leg er een tweede vel overheen en maak er een pannenkoek van. Rol beide delen gelijkmatig uit tot ongeveer 3mm dik en haal het bovenste bakpapier eraf. Gebruik een scherp mesje om in het deeg oppervlakkige ruiten of vierkantjes te snijden. Deze breek je na het bakken makkelijk in de gewenste vorm af. Doe beide delen op hun bakpapier in de oven en bak daar in ongeveer 10-12 minuten lichtbruin. Laat afkoelen alvorens je ze in de voorgesneden vormen afbreekt. Bewaar in een luchtdichte blik.

Voor circa 20 crackers

