

Крекеры с орехами и кардамоном

30–40 Мин.

Способ приготовления

1. Взбейте яичные белки с солью до твердых пиков, затем добавьте мед и молотый кардамон.
2. Добавьте оставшиеся ингредиенты и тщательно перемешайте.
3. Предварительно нагрейте духовку до 120 °C.
4. Сформируйте из смеси 15–20 крекеров, выложите их на покрытый пергаментом противень и выпекайте в духовке в режиме конвекции в течение 20–30 минут при температуре 120 °C.

Ингредиенты 5 Порции

= Kotányi Produkte

1	Яичный белок
5 ст. л.	Мед
70 г	Семена кунжута
110 г	Миндаль рубленый
120 г	Семена подсолнечника
2 г	Семена чиа
1 ч. л.	Кардамон молотый
1 щепотка	Соль морская