

# Knækbrød med linsemel

ca. 2-3 bageplader



## Ingredienser

- 1 dl havregryn
- 1 dl linsemel
- 1 dl hørfrø
- 1 dl græskarkerner
- 1 dl solsikkekerner
- 1 dl sesamfrø
- 2 dl hvedemel/boghvedemel
- 2,5 dl vand
- ½ dl rapsolie
- 1 tsk. salt
- 1 tsk. bagepulver

## Opskrift

- Det hele røres sammen.
- Rul dejen ud med en kagerulle mellem 2 stykker bagepapir.
- Tag det øverste stykke bagepapir af.
- Læg knækbrødet over på bagepladen.
- Bag i ovnen 15-20 min ved 200 grader.
- Opbevar knækbrødet i en lufttæt beholder så det ikke mister sin sprødhed.

## Tip

Hvis man ikke har alle 4 slags kerner, så brug dem man har.  
Så længe der er 4 dl kerner i alt.

God fornøjelse  
Ditte