Tálalás: **4 főre**

Előkészítés: **15 perc**

Elkészítés: **10 perc**

Répási Eszter

QUINOÁS MOGYORÓS KEKSZ

A quinoa egy igazán tápláló gabonaféle, mely gazdagon tartalmaz B-,C-, és E-vitaminokat. Magas rosttartalmával hozzájárul emésztésünk könnyítéséhez. Gluténmentes, így az arra érzékenyek is fogyaszthatják.

EGYÉB

(Kevsés tej, ha nem állna össze a tészta.)

HOZZÁVALÓK

80 g quinoaliszt
60 g darált mogyoró
50 g roszliszt
2 ek cukrozatlan kakaópor
80 g margarin
50 g xilit
1 db vanília rúd

ALLERGÉNEK

Glutént tartalmaz
Laktózt tartalmaz
Tojásmentes

1. A tészta elkészítése rendkívül egyszerű.
2. Kimérjük, majd egy tálban összekeverjük a száraz hozzávalókat.
3. Ehhez hozzáadjuk a felkockázott margarint.
4. Majd a vanília rúd kikapart magjait is a tésztába keverjük.
5. Jól összegyúrjuk.
6. Egy nyújtódeszkán 3mm vastagságúra nyújtjuk, majd tetszőleges formájúra szaggatjuk ki.
7. Sütőpapírral bélelt tepsibe tesszük, majd 150°C-ra előmelegített sütőben kb 10 perc alatt megsütjük (alul-felül sütve).
8. Ha szeretnénk olvasztott étcsokival díszíthetjük, vagy házi lekvárral összetapaszthatjuk.

Töltse le további receptjeinket
az auchan.hu/receptek oldalról!

Auchan