

Ječné bylinkové kreky



Typ receptu
Vegetariánský



Náročnost
Snadná



Doba přípravy
45 minut



Množství
1 plech

Ingredience:

- 400 g celozrnné ječné mouky Bioharmonie
- 3 lžíce oleje na pečení a smažení Bolinie
- 3 lžičky kypřicího prášku Amylon
- 1 lžička soli Biosal
- 1 lžička sušených bylinek (oregano, tymián, bazalka, rozmarýn Sonnentor)
- 200 g sýru cottage
- 3 lžíce mléka
- vaječný žloutek

Postup:

V míse smíchejte ječnou mouku, kypřicí prášek, sůl a bylinky. V jiné míse rozmíchejte cottage sýr s mlékem a olejem. Poté smíchejte obě směsi dohromady.

Na pomoučeném vále vypracujte hladké těsto. Z těsta vyválejte tenký plát, ten přeneste na plech s pečicím papírem a nožem nebo rádýlkem rozkrájejte na čtverečky. Čtverečky těsta od sebe oddělte, aby se během pečení nespekly dohromady. Každý čtvereček potřete rozšlehaným žloutkem a posypte bylinkami. Pečte cca 30 minut při teplotě 200 °C.