

Зерновые домашние хлебцы



Что нужно:

- тыквенные семечки (очищенные) - 50 г;
- семена льна - 1,5 ст. л.;
- миндаль - 80 г;
- малиновое варенье - 2 ст. л..

Время приготовления: 20 мин.

Описание

Приготовление

1. Подготавливаем наши ингредиенты.
2. Закладываем в чашу для блендера семена льна и 1 стакан воды.
3. Блендерим всё, примерно, 4 минуты. В итоге должна получиться, не очень красивое слово, но супер полезное, слизь.
4. Миндаль измельчаем в ступке.
5. Перекладываем все ингредиенты в общую тарелку.
6. Тщательно всё перемешиваем.
7. Перекладываем в силиконовые формочки для запекания.
8. Запекаем при 120 градусах 1 час.