

CANNAMELA

Crackers ai fiocchi d'avena e rosmarino



Ingredienti

- 300g farina
- 50g fiocchi d'avena
- 1 cucchiaino Rosmarino Liofilizzato CANNAMELA
- 85g olio di mais
- 10g sale
- 15g lievito di birra fresco
- 5g zucchero
- qb acqua



Porzioni
10 persone



Portata
Contorno



Tempo
50 minuti



Difficoltà
Media



Cottura
In forno



Kcal per
persona
200*

* Calorie calcolate da Quadò Editrice Srl (software Easydiet aggiornamento 2007)

I nostri partner

DOLCI CUCINA



Preparazione

- 1 Tritare grossolanamente i fiocchi d'avena e aggiungerli alla farina.
- 2 In 100 g d'acqua sciogliere lo zucchero e il lievito.
- 3 Iniziare ad impastare la farina con il lievito sciolto, l'olio di mais e l'acqua necessaria ad ottenere una pasta elastica, morbida ed estensibile. Salare.
- 4 Incorporare il rosmarino CANNAMELA.
- 5 Proteggere la pasta con un canovaccio e lasciarla riposare lontano da correnti d'aria fino al raddoppio del volume.
- 6 Rilavorare la pasta, dividerla a pezzi e stenderla molto sottile con la macchinetta per tirare la pasta.
- 7 Con una forchetta pungere la pasta in più punti.
- 8 Dividere la pasta in strisce, poi in quadretti.
- 9 Proteggere i quadretti di pasta con un canovaccio e lasciarli lievitare per 10/15 min.
- 10 Cuocere i crackers a 200° per 10/12 min.