



crackers de sementes

1 OVO

1/2 KG DE FARIÑA

20 GRS. DE FERMENTO FRESCO

1 TAZA DE AUGA

SEMENTES.



- DESFACEMOS O FERMENTO NUN POUCO DE AUGA.
- MESTURAMOS A FARIÑA, A AUGA, O OVO E O FERMENTO.
- DEIXAMOS LEVEDAR UNHA HORA.
- VOLTAMOS A AMASAR E ENGADIMOS SAL E AS SEMENTES.
- ESTIRAMOS A MASA BASTANTE FINA E DIVIDIMOS EN CADRADOS.
- FORNEAMOS 1/2 HORA A TEMPERATURA MEDIA.