



كراكرز مغذية بالجبن و الروز ماري

زمن التحضير : 30 دقيقة

المقادير:

- 1 كوب دقيق القمح الكامل
- 1/2 كوب شوفان (يطحن ليصبح مسحوق دقيق أو يفضل شراء دقيق الشوفان)
- 1 كوب جبن موتزاريللا شرائح
- 2 ملعقة كبيرة جنين القمح (اختياري)
- 1-2 ملعقة كبيرة روز ماري / إكليل الجبل (مفرومة بحسب المذاق)
- القليل من الملح
- 1/4 كوب زيت زيتون
- حوالي 1/3 كوب ماء بحسب ما يحتاج العجين

طريقة التحضير :

- 1 تخلط المكونات الجافة من دقيق وشوفان وملح وروز ماري و جنين القمح وتوضع بالعجان.
- 2 تخلط المكونات السائلة على حدى (مع البدء فقط بربع (1/4) كوب ماء) مع إضافة الجبن.
- 3 يبدأ الخلط بالعجان باستخدام زر النبضات وتضاف المكونات السائلة تدريجيا حتى تتشكل على شكل كرة. قد يحتاج الأمر إضافة المزيد من الماء.
- 4 يقسم العجين إلى قطعتين ويوضع بعضا من الدقيق على سطح نظيف وتلف كل قطعة عجين على حدى. يمكن تقطيع الكراكرز باستخدام القطاعات أو مجرد تقطيعها أفقيا ورأسيا للحصول على شكل مربعات على أن تكون كافة القطع بنفس الحجم والقياس لضمان تسويتها جميعا في الوقت ذاته.
- 5 توضع القطع منفصلة على صينية الخبز مع ترك القليل من المسافة بينهم (فحجمها لن يزيد) وتوضع في الفرن لمدة 15-20 دقيقة حتى يصير لونها بنيا وتترك لتبرد قبل أكلها أو الاحتفاظ بها في وعاء مغلق.