



## CRACKERS DE TRIGO SARRACENO Y SÉSAMO

### Ingredientes

- 30 gr de trigo sarraceno en grano
- 30 gr de semillas de sésamo
- 15 gr de tahín
- 20 ml de agua (o de alguna infusión, en frío, al gusto: rooibos, hinojo, cardamomo...)
- Una pizca de sal marina sin refinar
- Una pizca de levadura (o bicarbonato alimenticio)
- Condimentos al gusto (sugerencia: jengibre y cúrcuma; con jengibre y pimienta negra; con cardamomo, canela y clavo)

### Preparación

- 1.** Lava bien el trigo sarraceno y déjalo a remojo de media hora a una hora. Escúrrelo y lávalo bien, hasta que salga el agua transparente. Ponlo en un bol o vaso de batidora.
- 2.** Añade las semillas de sésamo (enteras o previamente molidas) y el resto de ingredientes. Bate todo bien hasta conseguir una pasta.
- 3.** En una bandeja de horno con papel de horno, extiende bien la masa con una paleta. Cuanto más fina más crujiente y más rápido se hace. Os podéis ayudar de un trozo de papel de horno por encima si quereis, y pasais el rodillo. Antes de introducir en el horno haz los cortes del tamaño que quieras, para que luego no se te rompan y sean más fáciles de cortar.
- 4.** Precalienta el horno a 180 grados e introduce la bandeja. Deja hornear 15 minutos (esto varía en función del espesor y del horno, así que vigilad de vez en cuando).
- 5.** Guardar en un recipiente hermético, de cristal mejor, para que se mantengan lo más crujientes posible.

[HTTPS://TOOGOODTOBEFOOD.ES/](https://toogoodtobefood.es/)