

Keten Tohumlu Sebzeli Kıtır Kraker

Süre: 50 Dakika dk

Tarif:

>> **Hazırlık Süresi:** 15 dakika
>> **Pişirme Süresi:** 35 dakika
>> **Kaç Kişilik:** 6 kişilik

Keten tohumu suyu bağlayıp ince bir hamur oluşturur; çekirdekler krakere gevrek bir doku verir. Hamuru fırın tepsisine eşit kalınlıkta yaymak, kenarlar yanarken ortanın yumuşak kalmasını önler.

Malzemeler:

- Yarım su bardağı öğütülmüş keten tohumu
- Yarım su bardağı ay çekirdeği içi
- Yarım su bardağı kabak çekirdeği içi
- 2 yemek kaşığı susam
- 1 küçük havuç
- 1 su bardağı su
- 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 çay kaşığı kuru kekik
- Tuz

Alerjen Uyarısı:

⚠ **İçerir:** Susam

Ön Hazırlık:

Havucu ince rendeleyin ve fazla suyunu avuç içinde hafifçe sıkın. Keten tohumunu öğütülmüş kullanın; bütün tohumlar aynı bağlayıcılığı vermez.

Servis Önerisi:

Krakerleri humus, peynir veya tek başına atıştırmalık olarak sunun. Tamamen soğuduktan sonra çıtırlıkları belirginleşir.

Yapılışı:

1. Hamuru bağlayın:

- Öğütülmüş keten tohumu, ay çekirdeği, kabak çekirdeği, susam ve kekiği geniş kapta karıştırın.

Kiraz'ın Mutfağı

- Rendelenmiş havucu, suyu, zeytinyağını ve tuzu ekleyin. Karışımı 10 dakika bekletip keten tohumunun suyu çekmesini sağlayın.

2. Tepsiye ince yayın:

- Karışımı yağlı kağıt serili tepsiye dökün. İkinci bir kağıtla üzerini kapatıp merdane yardımıyla yaklaşık 3 mm kalınlığa yayın.
- Üst kağıdı kaldırıp hamuru bıçakla kare veya dikdörtgen dilimlere çizin. Fırını 170°C'ye ısıtın.

3. Kurutarak pişirin:

- Krakerleri 25 dakika fırınlayın. Tepsiyi çıkarıp çizgiler boyunca parçaları ayırın ve ters çevirin.
- Daha kuru olmaları için 8-10 dakika daha pişirin. Havuç nedeniyle yumuşak kalan parçaları tepside aralıklı dizip ek süre verin.

Pişme ve Kıvam Kontrolü:

Krakerler fırından çıktığında hafif esnek olabilir; tamamen soğuyunca gevrekleşmelidir. İçleri nemli kalıyorsa düşük ısıda birkaç dakika daha kurutun.

Saklama:

Tamamen soğuyan krakerleri hava almayan kavanozda üç güne kadar saklayın. Nemlenirlerse 150°C fırında 4-5 dakika canlandırın.

>> **İpucu:** Tepsideki hamuru aynı kalınlıkta yayın; kalın bölgeler kuruyana kadar ince kenarlar fazla kızarabilir.

Kiraz'ın Mutfağı