

# HJEMMELAGDE KNEKKEBRØD!

OPPSKRIFT FRA GEITMYRA



4 DL HAVREGRYN-LETTKOKTE ELLER STORE

2 DL SOLSIKKEFRØ

2 DL SESAMFRØ

1 DL GRESSKARKJERNER

1  $\frac{1}{2}$  DL LINFRØ

1-2 TS SALT

3-4 DL VANN

**FREMGANGSMÅTE:**

Bland sammen al det tørre.

Rør inn vann til passe konsistens.

La deigen svulle i 10-30 min. Og fordel røren ut på 3 brett med bakepapir.

Jeg pleier å legge et bakepapir på toppen av røra i tillegg, og kjevle alt flatt. Det går også fint å bruke hendene.

**Steketid:** jeg steker på 160 grader i 40 min på varmluft. Lurt å prøve seg litt frem her.

Brekk opp til passe stykker, eller om du ønsker firkanter deler du opp før du setter brettene i ovnen.

**LYKKE TIL!**