

PUNOZRNATI KREKERI SA MRKVOM

3 bjelanjka
200 g kuhane mrkve
160 g inrtegralnog brašna
80 g mljevenog lana
70 g naribanog parmezana
1/4 žličice praška za pecivo
1/4 žličice sode bikarbone
1/2 žličice soli

Zagrijte pećnicu na 150 C.

Dva velika lima obložite papirom za pečenje.

Mikserom izradite bjelanjke dok ne dobijete čvrsti snijeg.

Multipraktikom kuhanu mrkvu usitnite dok ne dobijete pire.

U pire od mrkve umiješajte mljeveni lan, brašno, naribani parmezan, sodu bikarbonu, prašak za pecivo i sol. Izmiješajte.

Dodajte i snijeg od bjelanjaka pa nježno izmiješajte dok ne dobijete jednoličnu smjesu.

Dobivenu smjesu preselite u dresir vrećicu pa istiskujete u obliku štapića ne pripremljene limove.

Pecite u prethodno zagrijanoj pećnici 30-ak minuta.