

Żytnie krakersy lub chrupki chlebek żytni

Przepis gdzieś mi umknął, a na zdjęcie natknęłam się przypadkiem przeglądając stare zdjęcia na karcie od aparatu. Nawet niewiele pamiętam z tego jak to zdjęcie powstało. Bałam się smaku tych krakersów, bo nie przepadam za mąką żytnią, ale że wybieram zdrowe, to nie miałam wyjścia:) Smakowało i to najważniejsze. Idealne jako drobna przekąska lub jako chlebek na śniadanie.

Inspiracja

Szybkie info o zdjęciu: ogniskowa 90 mm, F/7,1, 1/6 s., kompensacja 0.



Składniki na ok. 16 kromek:

- płatki żytnie zmielone na pył w młynku do kawy lub mąka żytnia (1 3/4 szklanki),
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia,

- 3/4 łyżeczki soli,
- 1/2 szklanki wody,
- 1/3 szklanki oliwy z oliwek lub oleju kokosowego

Przygotowanie:

1. W misie robota kuchennego wymieszaj wszystkie składniki do uzyskania kuli ciasta.
2. Rozwałkuj ciasto i wytnij dowolne wzory. Jeśli robisz krakersy, ciasto rozwałkuj cieniutko, jeśli chlebek, grubiej. Dodatkowo krakersy możesz posypać gruboziarnistą solą lub ulubionymi przyprawami.
3. Piecz w 180 stopniach przez około 10-14 minut. Obserwuj czy krakersy/chlebek nie przypalają się i są chrupiące tak jak lubisz.
4. Wystudź na kratce. Smacznego!

Kakaowe żytnio-owsiane ciasteczka

Dobre owsiane ciastka, jedne z lepszych, ale dalej moim faworytem są [te](#). Łatwe i mało pracochłonne w wykonaniu ciasteczka. W smaku lekko czekoladowe, kruszące się, więc lepiej wcinać je do kawy nad talerzykiem:)

Zdjęcie powstało w moim pokoju, deski umieściłam przed oknem, tak, że światło wpadało wprost na ciacha. Dużo filozofii i kombinowania tutaj nie było. Było dobre światło, dobry dzień, kilka ujęć i byłam zadowolona. Sony ILCE-7, przysłona f/4.5, ekspozycja 25 s., ISO 160, odchylenie ekspozycji krok +0.7, ogniskowa 90 mm.

Manufaktura Ciastek i nie tylko



Składniki:

- 1 szklanka zmielonych w młynku do kawy płatków żytnich,
- 2,5 szklanki mąki owsianej,
- 200 g masła,
- 1 jajko,
- 0,5 łyżeczki sody oczyszczonej,
- 3/4 łyżeczki proszku do pieczenia,
- szczypta soli,
- 2 łyżeczki ekstraktu waniliowego,
- 1,5 szklanki nierafinowanego cukru trzcinowego,
- 3-4 łyżki prawdziwego kakao

Przygotowanie

1. Wszystkie składniki umieść w misie robota kuchennego i dokładnie wymieszaj. Ciasto będzie gęste.
2. Na blaszce wyłożonej papierem do pieczenia wyłóż łyżką kulki o wielkości orzecha włoskiego i lekko rozplaszcz łyżką namoczoną uprzednio w wodzie (ciasto nie będzie przylepiać się do łyżki). Odstępy między kulkami nie muszą być duże, gdyż płatki żytnie są dość ciężkie i ciasto nie powinno rozlewać się podczas pieczenia.
3. Piecz około 14 minut w temperaturze 180 stopni. Studź na kratce. Smacznego!