СЛЕДОБЕДНА ЗАКУСКА

Меки крекери с извара и копър



Меки крекери с извара и копър, богати на белтъчини и лесни за хващане. Подходящи за междинно хранене на деца над 10 месеца, ако вече са въведени яйцето, изварата и глутенът.

Подготовка: 15 мин **Готвене:** 15 мин **Общо:** 30 мин **Порции:** 4
Възраст: От 10 месеца **Трудност:** Лесно

Съдържа алергени: Млечни продукти, Яйца, Глутен

Съставки

- 1 яйце
- 100 гр. извара
- 8-10 с.л. брашно (около 100 гр., пълнозърнесто или друго, по избор)
- 1 ч.л. масло (по избор)
- Щипка бакпулвер
- 1 с.л. ситно нарязан пресен копър (или 1 ч.л. сушен)

Начин на приготвяне

1. Смесване на съставките: В купа смесете изварата, яйцето, маслото и копъра. Постепенно добавяйте брашното и бакпулвера, като месите, докато се получи меко и нелепнещо тесто.
2. Оформяне: Разточете тестото върху леко набрашнена повърхност на тънък лист. С помощта на нож или формички изрежете фигурки или квадрати.
3. Печене: Подредете върху тава с хартия за печене и печете в предварително загрята фурна на 180°C за 12-15 минути или докато леко се зачервят по краищата.
4. По желание: Ако желаете да обогатите рецептата, можете да добавите малко ситно настъргана тиквичка за допълнителна мекота и фибри.

Съхранение

- Съхранявайте меките крекери в затворен контейнер в хладилника до 3 дни. Извадете ги от хладилника 15-20 минути преди сервиране, за да омекнат леко.
- В плътно затворена кутия при стайна температура крекерите остават свежи до 24 часа, но при влажно време хладилникът е предпочитан.

Замразяване

- Замразете крекерите в торбичка за замразяване или контейнер до 2 месеца. Размразете при стайна температура за 30 минути преди сервиране или поставете директно в микровълнова печка на 50% мощност за 1-2 минути.

Съвети

- Тези меки крекери са малки вкусни хапки, лесни за приготвяне и лесни за адаптиране според възрастта и предпочитанията на детето. Изварата е добър източник на калций и протеини, а подправките като копър или магданоз придават аромат.