

**BISCOITO CRACKER DE SEMENTES** 20 porções**INGREDIENTES**

- 100 gramas de semente de linhaça
- 4 colheres de sopa de gergelim semente (40 g)
- 4 colheres de sopa de farinha de amêndoa (36 g)
- 1 colher de sopa de azeite de oliva extra virgem (8 g)
- 1 xícara de chá de água morna (237 ml)
- 1/2 colher de chá de sal (3 g)
- 1 colher de chá de cúrcuma em pó (3 g)
- 1 colher de chá de condimento, páprica defumada (2 g)

**MÉTODO DE PREPARO**

- 1º Em uma tigela, adicione todos os ingredientes secos e misture bem. Adicione a água morna e o azeite, e misture novamente. Em seguida, despeje a massa em uma assadeira antiaderente untada. Leve ao forno preaquecido a 160 graus por 30 a 40 minutos, até dourar. Deixe esfriar dentro do forno para ficar crocante.
- 2º Depois de pronto, o biscoito pode ser armazenado por até duas semanas em um pote de vidro bem fechado.

**INFORMAÇÃO NUTRICIONAL**

	POR 100 g	POR PORÇÃO (21 g)	% DDR
ENERGIA	247 kcal	53 kcal	3 %
CARBOIDRATOS	11 g	2 g	1 %
PROTEÍNA	8 g	2 g	2 %
GORDURA	21 g	4 g	8 %
GORDURAS SATURADAS	2 g	0 g	2 %
FIBRA ALIMENTAR	8 g	2 g	7 %
SÓDIO	282 mg	61 mg	3 %