

# Kichererbsen Sesam Kräcker



Diese Zutaten  
benötigen  
wir:



200 g	Kichererbsenmehl + etwas für die Arbeitsfläche
50 g	Sesam, ungeschält
2 EL	Natives Olivenöl extra
1 TL	Thymian, gerebelt
1 TL	Paprika, edelsüß
1 TL	Bombaybrühe
1 Ms	Chilipulver
50 mL	Wasser, am besten lebendiges

für das Topping:  
je ca. 2-3 EL Kokosöl, Sesam, Schwarzkümmel,  
Paprikapulver,  
sodass man eine kleine Schale  
damit Mengenmäßig gefüllt hat.

Es ist ja immer „Geschmackssache“, wieviel  
Gewürz Du als Topping haben möchtest





## und so geht's...

Backofen auf 175 Grad  
Ober- und Unterhitze vorheizen.

✱

Kichererbsenmehl,  
Sesam, Chilipulver, Olivenöl,  
Thymian, Paprikapulver, Bombaybrühe  
und  
Wasser

in einer Schüssel miteinander mischen

✱

Mit den Händen auf einer Arbeitsplatte  
zu einer glatten Masse verarbeiten.  
Also kneten, wie einen Pizza- oder Mürbeteig.

✱

Arbeitsfläche leicht bemehlen, Teig dünn ausrollen,  
mit einem Küchenmesser kleine Dreiecke oder Rauten  
ausschneiden und auf ein mit  
Backpapier belegtes Backblech legen.

✱

Je nach Feuchtigkeit kann es sein,  
dass man etwas mehr oder weniger  
Wasser/Kichererbsenmehl benötigt.

✱

Ein bisschen „Gefühlssache“,  
der Teig soll nicht zu feucht und nicht zu trocken sein.

✱





Für das Topping  
jeweils ca. 2-3 EL  
Kokosöl, Paprikapulver  
und  
Schwarzkümmelsamen  
mischen.

\*

Die Kracker damit bepinseln und zusätzlich  
mit  
Sesam und Schwarzkümmel bestreuen

\*

Es kommt letztendlich darauf an,  
wie viele Kracker es geworden sind  
und  
wie viel Du persönlich von den Gewürzen  
darauf haben möchtest.

\*

Ca. 15 Minuten im vorgeheizten Backofen backen.  
Auf einem Gitterrost auskühlen lassen.

\*

Die Kracker sind sooo lecker und duften herrlich.

\*

Sie passen perfekt zu  
Suppen, Salat, einem Dipp  
oder  
einfach auch „nur so“.

