



Продолжая тему рецептов для маленьких деток-аллергиков, хочу предложить еще один рецепт выпечки из гречневой муки – пряники. В составе нет ни яиц, ни молока, ни глютена – самых распространенных детских аллергенов, поэтому Ваши детки могут спокойно лакомиться этой выпечкой.

Для таких пряничков нам потребуется минимум ингредиентов:



Минимум сахара, минимум масла, минимум муки, минимум времени и минимум усилий - это то, что вам нужно, чтобы приготовить эти вкусные и полезные прянички.



Выпекать прянички нужно в духовке при температуре 160-180 градусов в течение 10-15 минут. Проверить готовность можно, нажав на прянички пальцем. Если они не липнут к пальцу, значит, они готовы. Выпекать прянички можно в духовке, на сковороде или в мультиварке.



