



INGREDIENTES:

- 1 cerveza de botellín de las pequeñas (25 ml)
- 210 gramos de aceite de oliva
- 35 gramos de semillas de lino
- 45 gramos de sésamo tostado
- 20 gramos de pipas de girasol
- 25 gramos de pipas de calabaza
- 5 gramos de semillas de amapola
- 2 cucharitas pequeñas de las de café
- 575 gramos de harina floja



ELABORACIÓN:

1. Ponemos todos los ingredientes por el orden que están escritos y **programar 3 minutos a velocidad espiga.**
2. Poner la masa sobre el mármol, untado de aceite o sobre una lámina de silicona y estirarla con la ayuda de un rodillo y estirarla del grosor de medio centímetro más o menos, luego cortar las galletas del tamaño deseado (yo las hago como onzas medianas de chocolate, pero eso a gustos).
3. Precalentar el horno a 150 grados unos 10 minutos antes de meterlas, con calos arriba y abajo.
4. Las colocamos en una bandeja de horno forrada de papel vegetal (papel de hornear) y las tenemos a horno flojito, una hora a 150 grados.
5. Esta masa se ha de secar dentro del horno, para que queden bien crujientes.

Riquísimo aperitivo, muy rico, fácil, económicas et.

