Scheda Ricetta

Difficoltà: Media

Tempo (hh:mm): 00:20

Ingredienti:

300 gr di semi di lino, 4 pomodori medi, 70 gr di pomodori secchi, una cipolla piccola, 10 foglie di basilico, 2 rametti di rosmarino fresco, quattro cucchiai di olio evo, sale e pepe nero quanto basta

Strumenti:

- Essicatore
- Frullatore

Vota la ricetta
Voti: 176 Media: 4.05

Questa ricetta proviene dal sito “*Ricette crudiste*” e da un’idea di *Lorena La Rocca*.

Preparazione

01. Metti in ammollo i **pomodori secchi** per 15 minuti
02. Frulla i **semi di lino** per portarli ad uno stato farinoso
03. Frulla **tutti gli altri ingredienti** ed aggiungi al termine la farina di semi di lino
04. Impasta il composto e crea con le mani palline di circa 5 cm, che poi stenderai dandogli la forma di un grissino
05. Taglia i grissini ad una lunghezza di 7 cm e arrotolali come per formare un cerchio
06. Fai essicare il tutto per 16 ore almeno, in base alla croccantezza del composto