

Snabba Paleopepparkakor

SNABBA PALEOPEPPARKAKOR

Receptet är för ca 50 st

5 dl mandelmjöl

0,5 dl kokossocker

2,5 msk pepparkakskrydda

2 st äggvita

Spara äggulan och använd till omelett, majonnäs, smoothies eller liknande.

HUSGERÅD

Bunke

Måttsats

Elvisp

Kavel

Pepparkaksform

alt. Kniv

Snabba Paleopepparkakor

Snabba Paleopepparkakor

Gör så här

- Sätt ugnen på 150 grader
- Blanda samman de torra ingredienserna ([mandelmjöl](#), [kokossocker](#) och [pepparkakskryddan](#)) i en bunke
- Ta äggen och separera vitan från gulan
- Tillsätt vitan
- Vispa samman med elvispen till en deg
- Hjälp till med händerna på slutet och forma degen till en boll
- Dela degen på mitten och kavla ut en del åt gången mellan två bakplåtspapper
- Dra bort de övre bakplåtspappret
- Nu kan du välja att trycka ut olika pepparkaksfigurer eller helt enkelt göra allt ännu snabbare och skära med en kniv till pepparkakskeksex som du bryter isär när de är färdiggräddade
- När du är nöjd gräddar du pepparkakorna i ca 10 minuter tills de börjar få fin färg. Passa dem noga på slutet för det kan gå väldigt snabbt beroende på hur tjocka du gör dem
- Flytta över till ett galler och låt dem svalna
- Förvara dina Snabba Paleopepparkakor i en plåtburk

[Snabba Paleopepparkakor 01](#)

[Snabba paleopepparkakor 02](#)

Ät och Njut dina Snabba Paleopepparkakor med en kopp kaffe. Eller varför inte bre lite [Fikonsmör](#) på och äta tillsammans med värmande [Äpplemustglögg](#).

Paleo så gott och så enkelt!

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Bodystore](#), [Hemköp](#) och husgeråden är länkade till webbutiken [Bagaren & Kocken](#)



Paleo för ett hälsosammare liv!

Jenny & Magnus Andersson

Licensierade kostrådgivare inom Paleo och lågkolhydratkost, kokboks författare samt hälso- och matinspiratörer.

Ren och naturlig mat ligger oss varmt om hjärtat. Vi har funnit vår väg till hälsa genom Paleo och brinner nu för att hjälpa andra med kost och hälsa genom ett ursprungsperspektiv.