

# GLUTENVRYE SKONDEEG MET KAAS



**TRIED & TESTED**  
By Food lovers recipes



## GLUTENVRYE SKONDEEG MET KAAS

(vir gebruik op vleispastei)

450 g glutenvrye bruismeel (beskikbaar by apteek of gesondheidswinkel)

$\frac{1}{2}$  koppie amandel of klappermeel (het amandelmeel gebruik)

$\frac{1}{2}$  koppie gerasperde Parmesan

$\frac{1}{2}$  koppie gerasperde Cheddar of Mozzarella (het Cheddar gebruik)

100 g gesmelte botter

400 ml water

60 ml olie

1 eier

2,5 ml sout

Kruie na smaak (gemengde kruie werk goed)

## Gerookte paprika vir bo-oor sprinkel

Voorverhit oond tot 170°C.

Sit al die droë bestanddele in mengbak en meng. Gooi al die nat bestanddele by en meng goed met deeghak as jy elektriese menger gebruik. Die deeg is nogal nat en sag. Skep die sagte beslag bo-op die gaar koue vleis in 2 liter oondbak, maak bokant gelyk en sprinkel met gerookte paprika en nog kaas indien verkies.

Bak vir ongeveer 45 min of tot die kors goudbruin en deurgebak.

Nota: Ek kan regtig hierdie aanbeveel. My gesin het dit terdeë geniet en nie eers besef dit was 'n meel alternatief tot ek dit genoem het.

Resep en foto: Elsie Templeton