

Integralne projice



težina: **lako**

za: **8** osoba

vreme pripreme: **40** min

Sastojci

Potrebno je:

- 1/2 šoljeražanog brašna
- 1 šoljakukuruznog brašna
- 1/2 šoljeheljdinog brašna
- 1-2 kašikemlevenog lana
- 1/2 kesicepraška za pecivo
- 1 kašicicasoli
- 1 šoljajogurta
- 1 šoljaulja
- 2 jaja
- 2-3 kašikekrem sira
- maloovsenih pahuljica za posipanje
- (ili suncokret, susam, kim, semenke bundeve...)

Priprema

Pomešati sve tri vrste brašna, dodati lan, prašak za pecivo i so. Zatim u suhu smesu dodati jogurt, ulje, jaja i sir pa sve umutiti mikserom.

Smesu sipati u podmazane kalupe za mafine (ne puniti kalupe do vrha), posuti sa malo ovsenih pahuljica (može se posuti i sa suncokretom, susamom, kimom, semenkama bundeve,...) i peci u zagrejanoj rerni na 250 stepeni.

Savet