

Irski integralac



težina: **lako**

za: **6 osoba**

vreme pripreme: **40 min**

Sastojci

Potrebno je:

- **100 g** integralnog pšenicnog brašna
- **50 g** integralnog raženog brašna
- **50 g** integralnog jecmenog brašna
- **50 g** heljdinog brašna
- **1 kašica** soli
- **1 kašica** sode bikarbune
- **oko 200 g** kiselog mlijeka ili jogurta
- **1 kašika** maslinovog ulja

Priprema

Sjediniti brašno, so i sodu bikarbonu, pa dodati jogurt i ulje. Kratko zamijesiti, tek da se sastojci povežu. Oblikovati hljeb; posuti brašnom, pa zarezati.

Peci na 220 C 15 minuta, pa temperaturu smanjiti na 180 C i peci još nekih 25 minuta.

Pecen hljeb prekriti, ostaviti da se prohlađi, pa poslužiti!

Savet