

# **Chia hrono hljeb**



težina: **lako**

za: **4 osoba**

vreme pripreme: **60 min**

## **Sastojci**

### **Potrebno je:**

- **2 kašikechia sjemenki**
- **4 kašikevode**
- **150 g integralnog brašna**
- **50 g integralnog raženog brašna**
- **40 g heljdinog brašna**
- **1 kašicicasoli**
- **oko 250 ml vode**
- **1 prašak za pecivo**
- **3 kašikekiselog mlijeka ili mineralne vode**

## **Priprema**

Sjediniti chia sjemenke i vodu. Ostaviti 10-tak minuta, da nabubre.

Sjediniti brašno, so i vodu, pa dodati u chia sjemenke. Sve sjediniti i ostaviti prekriveno oko sat vremena.

Prašak za pecivo sjediniti sa kiselim mlijekom ili mineralnom vodom, pa ostaviti 3 minute. Dodati tjestu, pa sve zamijesiti. Oblikovati hljeb na pobršnjenoj radnoj plohi, staviti u manji kalup (premazan puterom i posut brašnom ili obložen papirom za pecenje)! Hljeb zarezati. Staviti u pecnicu, zagrijanu na 250 C. Peci 3 minute, pa smanjiti temperaturu na 210 C i peci još nekih 35 minuta.

Pecen hljeb ostaviti da se ohladi...

...pa rezati i poslužiti!

### **Savet**