

# **Integralni hlebcici**



težina: **lako**

za: **5** osoba

vreme pripreme: **90** min

## **Sastojci**

### **Za testo:**

- **250** gražanog integralnog brašna
- **250** gpšenicnog integralnog brašna
- **2** kašicicesoli
- **1** kašikasemena lana
- **1** kašika chia
- **1/2** kašicice susama
- **1** kašikasuvog kvasca
- **3** dlvode
- **1/2** kašicicešecera
- **2** kašikeulja

## **Priprema**

U ciniju uliti toplu vodu, dodati kvasac, secer, so, ulje i semenke lana,chia i susam. Brasno izmesati i dodavanjem zamesiti testo. Ostaviti da se podigne, premesiti podeliti na dva dela i napraviti hlebcice. Ostaviti na toplo da se dize 30 min. Peci na 200C i kad je gotovo poprskati vodom i pokriti cistom krpom. Ostaviti da stoji pokriveno 10 min. Otkriti i premazati sa malo ulja.

## **Savet**