

Integralne tortiljice



težina: **lako**

za: **10** osoba

vreme pripreme: **60** min

Sastojci

Potrebno je:

- **300 g** integralnog brašna
- **500 g** belog brašna
- **5 dl** mleka
- **1** instant kvasac
- **1** prašak za pecivo
- **2 kašičice** šećera
- **1 kašika** soli
- **1 dl** ulja
- tople vode po potrebi
- **3 kašika** lanenog semena
- **3 kašika** sirovog suncokreta

Priprema

U mlako mleko dodati šećer i razmutiti kvasac, umešati oba brašna, prašak za pecivo, so, ulje. Promešati varjačom. U zavisnosti od integralnog brašna ukoliko je potrebno dodajte još tople vode, testo treba da bude cvrsto i lepljivo, ali da može da se meša varjačom. Ostavite pola sata na toplom da naraste.

Dodajte semenke.

Na radnoj površini premesite testo uz dodavanje brašna koliko primi testo da ne bude lepljivo. Od testa formirajte 15-20 obgica. Ostavite da odmaraju još 15 minuta.

Zagrijte teflonski tiganj ili rebrastu ploču od toplih sendvica i bez dodavanja masnoce pecite pogacice (tortilje). Rastanjite obgice na 2-3 mm debljine, što tanje i pržite po 30 sekundi sa obe strane.

Isecite ih na trouglove i služite uz neki sirni namaz ili mezetluk. Mnogo su ukusne i prazne da se grickaju uz jogurt.

Savet