

Zdrava bonžita



težina: **lako**

za: **0** osoba

vreme pripreme: **30** min

Sastojci

Potrebno je:

- **100** govsenih pahuljica
- **3 kašike** suvog voca po izboru
- **3 kašike** mlevenog rogaca
- **1 kašika** semena suncokreta
- **2 kašike** meda
- **2 kašike** kokosovog brašna
- **1/2 kašice** cimeta
- **4 kašike** soka od pomorandže
- **1 kašica** džema od kajsije
- **1** belance

Priprema

Sipati u činiju ovsene pahuljice (ja sam kupila usitnjene), dodati seckano suvo voće (najbolje grožđe i smokve), sipati rogac, zatim suncokret (ili orašaste plodove) i kokos. Posebno penasto umutiti belance sa prstohvatom soli. Sjediniti sa masom, pa posuti cimetom, medom, džemom i sokom od pomorandže. Dobro izmešajte smesu, ako vam se učini suva dodajte još par kašika soka.

U manji pleh staviti pek papir. Utisnite i izravnajte smesu pa zasecite štangle željene debljine. Peci na 180 stepeni oko 20 minuta.

Savet

Zasladite se zdravo :)