# *Brze integralne kifle*



težina: **lako**

za: **1** osoba

vreme pripreme: **35** min

## Sastojci

**Potrebno je:**

- **200 g**integralnog brašna
- **125 ml**vode sobne temperature
- **2 kašike**ulja
- **1 kašicica**soli
- **1/2 kesice**praška za pecivo

## Priprema

U posudu staviti vodu i ulje, dodavati brašno, soli i prašak za pecivo. Umesiti testo. Podeliti ga na 3 dela (može i više) i od loptica oklagijom razvuci valjak, uviti ga kao kiflu i premazati uljem. Posuti semenkama po želji i staviti da se pece 20 minuta na 200 stepeni.

## Savet

Ovo je recept za jednu, eventualno dve osobe jer se dobiju 3 kifle. Ukusne su i hrskave spolja, dobro dodju za dorucak. :-)