

## **Integralne zemicke (2)**



težina: **lako**

za: **8** osoba

vreme pripreme: **60** min

### **Sastojci**

#### **Potrebno je:**

- **250 g** pšenicno integralno brašno
- **250 g** belog brašna
- **20 g** kvasca
- **2 kašičice** soli
- **1 kašičica** šećera
- **300 ml** mlake vode
- **50 ml** ulja

### **Priprema**

Staviti kvasac u malo mlake vode da nadođe. Zatim ga pomešati sa belim i integralnim brašnom, dodati ostatak vode, so, šećer i ulje. Zamesiti glatko testo i ostaviti na toplom mestu da naraste.

Kada je testo naraslo podeliti ga na više komada i praviti male loptice. Poređati ih u tepsiju. Ostaviti između svake slobodnog prostora pošto će da narastu.

Ostaviti ih u tepsiji još desetak minuta da odmore, a onda staviti u zagrejanu rernu da se peku oko 20 minuta. Kada su pecene i ohla?ene zemicke upotrebiti za sendvice.

## **Savet**