

Chia hrono hljeb



težina: **lako**

za: **4** osoba

vreme pripreme: **60** min

Sastojci

Potrebno je:

- **2 kašike** chia sjemenki
- **4 kašike** vode
- **150 g** integralnog brašna
- **50 g** integralnog raženog brašna
- **40 g** heljadinog brašna
- **1 kašica** soli
- **oko 250 ml** vode
- **1** prašak za pecivo
- **3 kašike** kiselog mlijeka ili mineralne vode

Priprema

Sjediniti chia sjemenke i vodu. Ostaviti 10-tak minuta, da nabubre.

Sjediniti brašno, so i vodu, pa dodati u chia sjemenke. Sve sjediniti i ostaviti prekriveno oko sat vremena.

Prašak za pecivo sjediniti sa kiselim mlijekom ili mineralnom vodom, pa ostaviti 3 minute. Dodati tijestu, pa sve zamijesiti. Oblikovati hljeb na pobrašnjenoj radnoj plohi, staviti u manji kalup (premazan puterom i posut brašnom ili obložen papirom za pečenje)! Hljeb zarezati. Staviti u pecnicu, zagrijanu na 250 C. Peci 3 minute, pa smanjiti temperaturu na 210 C i peci još nekih 35 minuta.

Pecen hljeb ostaviti da se ohladi...

...pa rezati i poslužiti!

Savet