Aromaticni ovseni keksici



težina: **srednje**

za: **10** osoba

vreme pripreme: **60** min

Sastojci

Potrebno je:

- **200 g**osenih pahuljica
- **200 g**integralnog pšenicnog brašna
- **1 kesica**praška za pecivo
- **3 kašike**meda
- **50 ml**ulja
- **oko 1 dl**mleka
- **1 prstohvat**soli
- **2 kašike**fruktoze ili šecera (i ne mora)
- **70 g**kokosa
- **50 g**cokolade za kuvanje
- **2 kašike**ulja
- **malo**prah šecera
- **po želji**cimeta, vanil šecera, umbira

Priprema

Ovsene pahuljice kupiti u zdravoj hrani one koje su sitnije ako imate krupne onda ih malo sameljite u secku da bi se testo lepše zamesilo. Pomešati njih i brašno dodati prašak za pecivo i malo soli i šecera (fruktoze) to je po

želji i ne mora jer med i kokos daju slast. Zatim dodati tecne sastojke ulje, med i mleko... pa onda kokos i ostale zacine po ukusu ja volim cimet pa ga cesto koristim. Umesimo testo ako je previše tvrdo dodajemo još mleka sve dok se lepo ne zamesi. Zatim pokrijemo ciniju folijom i stavimo da odstoji 15 minuta u frižideru. Potom podeliti na 2 dela testo i oklagijom razvijati na debljinu od 5mm pa modlama vaditi keksice.

Rernu zagrejemo na 200 C i pecemo ih nekih 20 minuta. Kada porumene vadimo ih mada se tesko vidi kakvi su jer su tamnije boje inace zbog brašna.

Kada su keksici gotovi možemo ih samo posuti prah šecerom ili odopiti cokoladu sa malo ulja pa umakati polovinu zatim staviti na pek papir ili rešetku da se stegne cokolada. Ukusni su, a dijetalni. Odlican slatkiš zamena za sve kupovne keksice. Prijatno!

Savet

Od ove mere dobijemo oko 50ak keksia. Možete se igrati ukusima i dodavati razliite sastojke lešnik, badem... Nisu previše slatki pa su odlini za one koji paze na liniju...;)