

Integralne bavarske kifle



težina: **lako**

za: **4 osoba**

vreme pripreme: **60 min**

Sastojci

Za testo:

- **250 g** speltinog brašna
- **1/3 kašicicesoli**
- **2 kašicice** praška za pecivo
- **1 prstohvatsode** bikarbonate
- **3 kašikem** maslinovog ulja
- **1,5 dl** kisele vode

Za kuvanje:

- **1 l** vode
- **1 kašika** sode bikarbonate

Priprema

Brašno, so, prašak za pecivo i sodu bikarbonu izmešati. Lagano im dolivati maslinovo ulje i kiselu vodu, pa umesiti glatko testo. Umešeno testo ostaviti da odstoji.

Zatim razvuci koru, seci na trouglove željene velicine i motati kiflice.

Vodu zajedno sa sodom bikarbonom staviti da provri, pa zatim spuštati u nju pripremljene kiflice i kratko ih prokuvati.

Kada same isplivaju na površinu, rešetkastom kašikom ih prebaciti u pleh obložen pek papirom.

Peci u rerni zagrejanoj na 200 stepeni oko 25 minuta.

Savet