

Zeleni hleb



težina: **lako**

za: **1 osoba**

vreme pripreme: **90 min**

Sastojci

Potrebno je:

- **3 kašike** heljedinog brašna
- **3 kašike** kukuruznog (projnog) brašna
- **1/2 kesice** praška za pecivo
- **1 kašicica** sode bikarbone
- **1 puna kašika** semenki lana
- **po potrebi** vode
- **1 kašicica** soli
- **1 mlada** tikvica
- **1 šoljaseckane** sveže blitve (ili spanac)
- **2/3 šolje** seckanog svežeg peršuna
- **za posipanje** semenki, pahuljice, kim

Priprema

Rernu uključiti na 200 C da se zagreva dok pripremite smesu.

Semenke lana preliterati sa 1-2 kašike vode, pa ostaviti da nabubre. Za to vreme narendati tikvicu. Ja sam je rendala zajedno sa korom jer je tikvica mlada i nema potrebe da se skida kora, a i hleb mi je nekako lepši i ukusom i bojom. :) Svežu blitvu ili spanac ocistiti, oprati lepo i saseckati sitnije, sveži peršun takoe.

U ciniju staviti obe vrste brašna, prašak za pecivo, so, sodu bikarbonu, nabubrela semenska, blitvu, peršun i tikvice. Tikvice ocedite rukama od tecnosti pre dodavanja smesi. Dodati i manju šolju vode i mešati kašikom da se sve poveže.

U zavisnosti od kolicine i socnosti tikvice dodajte još malo vode ako je potrebno kako bi ste dobili gušću kompaktnu smesu, koja treba izgledati ovako. Meni je trebalo oko 2 manje šoljice vode.

Manji kalup za hleb, ili neku manju okruglu tepsijicu obložiti papirom za pečenje pa rasporediti smesu.

Po površini posuti semenkama suncokreta, lana, susama, pahuljicama i malo kima, ako volite. Možete ga i izostaviti. Ja sam posula i sa malo soli jer volim kada je hrskava korica i malo slana.

Staviti da se pece u već zagrejanu rernu oko 45-60 minuta. Zavisnosti od jacine rerne i od toga u čemu pecete hleb, tačnije od toga koliko je hleb visok. Prilagodite temperaturu pečenja u zavisnosti od jacine vašeg šporeta. Probajte cackalicom da proverite dali je pecen. Ako se cackalica i vrlo malo lepi nije strašno, hleb nije ne pecen već je to zbog tikvice. Hleb zajedno sa papirom izvadite iz kalupa i posle par minuta odvojite od papira i stavite da se ohladi. Seci kada se hleb ohladi. Videćete da hleb nije živ unutra, već da tikvica daje socnost hlebu, a blitva i peršun dodatni ukus i boju.

Savet

Hleb je odličan dodatak bilo kom obroku. Možete ga jesti i samo sa jogurtom i dobiti jedan lep, zdrav i ukusan obrok . Uz sir, pavlaku, jaja... za bilo koji obrok :) Prijatno :)