

Proja sa spanacem, lanom i cija semenkama



težina: **lako**

za: **20** osoba

vreme pripreme: **55** min

Sastojci

Potrebno je:

- **300** gocišcenog spanaca
- 3 jajeta
- 2 dl jogurta
- **100** ml ulja
- **1/2** šolje za belu kafukisele vode
- **1** kašicica soli
- **2** šolje za belu kafukukuruznog brašna
- **1** šolja za belu kafuobucnog brašna
- **1** kesicapraška za pecivo
- **3** kašikemlevenih cija semenki
- **4** kašikemlevenog lana
- **250** gsuvog sitnog sira

Priprema

Spanac iseci na trakice.

Mikserom umutiti jaja, dodati jogurt, ulje i kiselu vodu izmešati. Dodati so, kukuruzno brašno, obicno brašno, prašak za pecivo. Izmešati. Na kraju dodati cija semenke, lan i spanac. Izmešati kašikom i dodati 200 g sira.

Uliti smesu u pleh na pek papiru i posuti ostatkom sira (50g).

Peci u rerni 40 minuta na 220C.

Savet