

Integralne projice sa semenkama



težina: **lako**

za: **6 osoba**

vreme pripreme: **30 min**

Sastojci

Potrebno je:

- 3 jajeta
- 1/2 kašičice soli
- 450 ml jogurta
- 50 ml ulja
- 250 g integralnog brašna
- 50 g gražanog brašna
- 1 kesica praška za pecivo
- 100 g sira
- 1 kašika lana
- 1 kašika suncokreta
- 1 kašika bundeve

Priprema

Penasto umutiti jaja mikserom, dodati so, jogurt i ulje, pa izmešati žicom za mucenje. Praškaste sastojke sjediniti pa dodati jajima i polako izmešati. Na kraju umrviti sir i dodati semenke. Kalup za projice premazati mašću, sipati smesu do pola, odozgo posuti semenke i peci na 170-180 stepeni oko 15 minuta. Kad se projice prohlade, same ispadnu iz kalupa. Od ove mere ja pravim duplo, 2x12 projica.

Savet