Heljdin hleb kaprom i kimom

težina: **lako**

za: **2** osoba

vreme pripreme: **45** min

Sastojci

Potrebno je:

- **2 kašike**heljdinog brašna
- **1 kašika**kukuruznog brašna
- **1 kašika**mekinja
- **2 kašike**pšenicnih klica
- **2 kašike**ovsenih pahuljica
- **1 kašika** lana
- **1 cep** jabukovog sirceta
- **1/2 kašicice** sode bikarbone
- **1 kašicica** soli
- **malo**kima
- **malo** mlevenog lana
- **nekoliko** kapra iz teglice

Priprema

U ciniju staviti brašna, mekinje, klice, paguljice so, ciju i izmešati sve mlakom vadom da se smesa ujednaci, bice lepljiva. Ostavite tako jedno pola sata, a zatim izmešajte ponovo kašikom i napravite udubljenje gde ce te staviti sodu i preko nje jabukovo sirce, zapenice, a onda izmešajte i sjedinite.

Smesu podelite na dva dela pa od svakog oblikujte krug na pek papir u tepsiji. Smesa je gusta i lepljiva, ali sa mokrom kašikom necete imati problema da to razvucete i oblikujete. Na jednoj utisnite preseceni kapar, a na drugoj pospite kim i lan. Staviti da se pece u zagrejanoj rerni na 180C. Tanki su pa brzo budu i peceni tako da bacite povremeno pogled i proverite vrhom noža.

Savet

Može se jesti kao zamena za bilo koji hleb uz bilo koje jelo ili samo uz neku salaticu, pavlaku, jogurt, kako god vama odgovara.