

Hrono prepec



težina: **lako**

za: **2 osoba**

vreme pripreme: **60 min**

Sastojci

Potrebno je:

- 5 kašikeovsenog brašna
- 4 kašikespeltinog brašna
- 2 kašike pšenicnih mekinja
- 1 kašikasoli
- 1 kašikalana
- po potrebikisele vode
- na vrh kašicicesode bikarbonate

Fil:

- po ukusu blitve
- 4-5 kašika sitnog sira
- za posipanjeuncokret, susam, lan

Priprema

U ciniju pomešati brašna sa mekinjama, lanom i solju, dodati kiselu vodu toliko da se dobija kompaktna smesa, nalik za proje.

Blitvu preliti vrelom vodom i nakon par minuta ocediti i iseckati pa pomešati sa sirom. Smesi sada dodati sodu i promešati, ako vam se smesa zgustila previše slobodno još malo vode dodati.

U manjoj šerpici staviti papir pa izliti smesu, preko smese naneti fil i posuti semenkama.

Peci u zagrejanjbrerni na 180C. Proveriti cackalicom kada je peceno. Ostaviti da se do pola ohladi pa seci.

Prijatno :)

Savet

I sutradan je lepa kada se podgreje,uz salaticu ,sir ,pileca prsa,sta god volite :)