

Ovseno-jecmeni hleb sa prazilukom



težina: **lako**

za: **1 osoba**

vreme pripreme: **120 min**

Sastojci

Potrebno je:

- **4 kašike** jecmenog brašna
- **4 kašike** ovsenog brašna
- **1 puna kašika** lanenog semena
- **1 kašicica** semenki
- **1 kašicica** soli
- **2 prstohvata** sode bikarbone
- **1 cep** domaceg jabukovog sirceta
- **po potrebi** mlake vode
- **malopraziluka**
- **za posipanje** cija semenke

Priprema

U ciniju staviti brašna, so, cija semenke i lanene semenke...

Sjediniti mlakom vodom. Smesa treba biti kao za mafine.

Ostaviti oko 1-2h smesu. Ako imate vremena možete i duže.

Nakon doga smesa ce biti gušca jer su semenke nabubrele.

Dodati sodu bikarbonu i preko sode sipati cep sirceta (može se zameniti limunovim sokom). Kada zapeni dobro izmešati kašikom, lepo kasikom ulupati smesu i izliti u mali duguljasti kalup. Pomocu mokre kašike poravnati

jer je smesa lepljiva.

Preko poreati kolutove praziluka i posuti cia semenkama. Staviti da se pece u vec zagrejanjoj rerni na 200C. Peci da hleb može lepo da se odvoji od papira za pecenje i da cackalica bude suva kada probodete hleb. Hleb ohladiti na rešetci pa iseci tek kada se ohladi.

Savet

Jako jednostavan hleb sa malo sastojaka, a tako ukusan. Koliina je za jedan bas mali hleb, ali meni dovoljno za dva doruka npr jer ga jedem samo ja pa ne želim da pravim velike hlebove da se bezpotrebno suše kada uvek mogu napraviti manji sveži hleb. Ako ga ne jedete samo vi poveajte koliinu. Hleb je bez jaja i mlenog pa eto još jednog hleba za dane posta uz slanu ili slatku varijantu :)