

## Zdrave slane galete



težina: **lako**

za: **6** osoba

vreme pripreme: **90** min

## Sastojci

### Potrebno je:

- 7 **kašika** heljdinog brašna
- 3 **kašike** ovsenog brašna
- 2 **kašike** ovsenih mekinja
- 2 **kašice** soli
- 1 **kašika** mlevenog lana
- 1 **kašika** lana u zrnu
- 2 **kašike** prepečenog susama
- 2 **kašike** prepečenog suncokreta
- 1 **kašičica** sode bikarbone
- 2 **kašike** limunovog soka
- **po potrebi** vode

## Priprema

Susam i suncokret prepeci u suvoj šerpici. U posudi pomešati heljdino brašno, ovseno brašno, ovsene mekinje, so, mleveni i lan u zrnu, i prepecene semenke.

Sve sjediniti vodom, postepeno dodavati dok se svi sastojci ne povezu, smesa treba da spada sa kašike, onako kao za neke mafine.

Ostaviti da stoji 30-40 minuta.

Nakon toga dodati sodu bikarbonu i limun i sve dobro promešati.

Stavljati smesu u zagrejani i podmazani kalup i peci.

Povremeno premazati kalup silikonskom cetkicom ili ubrusom, ako vam se kalup lepi.

## **Savet**

Jako zdrave i ukusne galete. Kao što vidite meni su zamenile hleb za doruak. :) A stize i recept sa ovaj divni namaz uz galete :)