

Proja sa heljdom, sirom i spanacem



težina: **lako**

za: **5 osoba**

vreme pripreme: **60 min**

Sastojci

Potrebno je:

- 3 jajeta
- 2 **caše (od jogurta 180 ml)** kukuruznog brašna
- 1 **caša** heljdinog brašna
- 1 **kesica** praška za pecivo
- 220 **ml** mleka
- 1/2 **caše** ulja
- 150 **g** sira
- **po ukusu** soli
- 200 **g** seckanog spanaca

Priprema

Umutiti jaja. Dodati kukuruzno brašno.

Dodati heljdino brašno, so i prašak za pecivo.

Lagano mešati i dodavati ulje. Zatim postepeno dodavati mleko. (Ja sam koristila domace heljdino brašno i bila mi je dovoljna kolicina mleka koju sam navela u receptu. U zavisnosti od heljdinog brašna kolicinu mleka prilagodite tako da smesa bude kao za klasicnu proju.)

Dodati sir i seckani spanac. Izmešati.

Pleh podmazati uljem. Staviti u rernu da se zagreje. Zatim izliti smesu u pleh. Peci na 200 C oko 30 minuta.

Prohladjenu proju iseci na kocke.

Poslužiti kao dorucak ili veceru uz ajvar, suhomesnate proizvode i mlecne proizvode.

Savet

Proja je zdrava i jako ukusna.