

Integralni štapici



Sastojci

Potrebno je:

- 300 g raženog brašna
- 300 g ovsenog brašna
- 300 g integralnog pšenice brašna
- 3 kašičice soli
- 50 g susama
- 50 g suncokretovog semena
- 50 g lanenog semena
- 2 dl ulja
- 2 dl jogurta
- 1 prašak za pecivo

Priprema

Brašno dobro promešati, dodati prašak za pecivo i ostale sastojke, pa izraditi glatko testo.

Testo debljine 1 cm razvuci na brašnom posutu radnu površinu i seci u obliku štapica.

Poredjati u odgovarajuci pleh na pek-papru.

Peci na umerenoj temperaturi, dok ne dobiju lepu boju.