

## Integralne pogacice

Neverovatno brze a zdrave i ukusne



- 1** Izmesajte suve sastojke - sve vrste brasna, so i prasak za pecivo.
- 2**
- 3**
- 4**
- 5**
- 6** Dodajte jogurt, ulje i kiselu vodu, i zamesite glatko testo.
- 7**
- 8**
- 9**
- 10**
- 11** Polikujte kuglice, malo pritisnite i redjajte u pleh
- Sastojci:**
- pšeničnog integralnog brasna pola solje  
kukuruznog brasna pola solje  
hejdovnog brasna pola solje  
integralnog razanog brasna pola solje  
jogurta 2 solje  
maslinovog ulja pola solje  
soli 1 kasika  
kisele vode 1/3 solje  
za pecivo prasak  
semenke(lana,susama,bunde po zelji  
ve)

**12**

**13**

**14**

**15**

**16** Temazite jogurtom i pospite semenkama lana,  
susama, bundeve ili cime vec zelite.

**17**

**18**

**19**

**20**

**21** pecite u ugrejanoj rerni na 220 stepeni 20 minuta.

**Napomena:**

Za varijantu bez glutena, psenично brasno mozete  
zameniti nekim drugim, recimo speltinim ili ga izbaciti  
u potpunosti.