

Chlebek FIT

Składniki:

70 g mąki pszennej chlebowej (typ 750)

70 g mąki razowej (typ 2000)

20 g otrębów pszennych

5 jajek

4 łyżki siemienia lnianego

1 łyżeczka proszku do pieczenia

1 łyżeczka soli



Wykonanie:

Do miski dodajemy mąki, żółtka jaj, siemienie lniane zmielone (zalne gorącą wodą), otręby pszenne, sól oraz proszek do pieczenia. Wszystkie składniki mieszamy ze sobą, aż połączą się w jedną całość. Następnie ubijamy pianę na sztywno z 5 jaj i dodajemy do wcześniej wymieszanych składników. Mieszamy wszystko łyżką. Tak przygotowane ciasto przelewamy do foremki (keksówki) o wymiarach 12x30 cm, wyłożonej papierem do pieczenia. Wstawiamy do nagrzanego piekarnika do 180°C i pieczemy przez około 30 min. Po upieczeniu chlebek studzimy na kratce.

Smacznego!

Przepis ze strony Kuchnia Magdy

<http://kuchniamagdy.pl>

