Chlebek jaglany

Barbara Strużyna

Polecane na: **pieczywo**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

0 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

- płatki jaglane - 1 szklanka
- słonecznik - 1 i 1/3 szklanka
- sezam biały - 1/3 szklanka
- len złoty - 1/2 szklanka
- płatki ryżowe - 1/4 szklanka
- mielona łuska gryczana - 1 łyżka
- mąka ryżowa - 2/3 szklanka
- lucuma - 2 łyżka
- olej kokosowy - 3 łyżka
- woda ciepła - 2 szklanka
- sól himalajska - 1 - 2 łyżeczka

Dodatkowe info:

Niektóre rzeczy możemy zastąpić. Płatki ryżowe i mąkę ryżową możemy zastąpić dodatkową porcją płatków jaglanych. Lukumę z powodzeniem możemy zastąpić miodem albo cukrem trzcinowym ewentualnie syropem daktylowym. Zachęcam do komponowania własnego chlebka, zawsze wychodzi.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Mieszamy wszystkie składniki suche w misce. Do ciepłej wody dodajemy lucumę, sól, olej kokosowy, wszystko mieszamy i wlewamy do miski.

KROK 2: Odstawiamy co najmniej na 2 godziny, najlepiej na całą noc.

KROK 3: Przekładamy do keksówki wyłożonej papierem do pieczenia. Pieczemy w temperaturze 180 stopni ok 1 godzina 15-30 minut.

Smacznego!!