

## Integralne kiflice (2)



težina: **srednje**

za: **10** osoba

vreme pripreme: **60** min

### Sastojci

#### Potrebno je:

- **500 g** integralnog pšenice brašna
- **500 g** belog brašna
- **1** svež kvasac
- **1/2 l** mleka
- **2 dl** ulja
- **2 kašike** šećera
- **2 kašike** soli
- **250 g** margarina
- **1** jajce
- **po želji** susam
- **po želji** lan
- **po želji** semenke suncokreta,
- **po želji** semenke bundeve
- **po potrebi** sir
- **po potrebi** šunka

### Priprema

Sjediniti belo i integralno brašno dodati so i šećer i promešati. U posebnu činiju sipati malo mlake vode da prekrije dno izmrviti kvasac posuti ga prstohvatom šećera i brašna poklopiti i ostaviti da nadoe. Kada je kvasac spreman dodati ga u brašno pa postepeno dodavati mlako mleko i ulje. Testo zamesiti i podeliti ga na 6 jufki. Pokriti ih krpom i ostaviti 15ak minuta. Premesiti ih i ostaviti još 10ak minuta.

Zatim svaku jufku jednu po jednu razviti oklagijom pa podeliti na 6 ili 8 delova zavisi koliku velicinu kiflica

želite. Ja sam na 8 delova. Onda svaki trougao posebno rastanjite što više jer je testo malo žilavije i teže da se rastanji. Svaki trougao premažemo margarinom i stavimo malo sira i šunke. Možete da ih puniti cime želite ili čak i prazne samo je bitno da ih premažete margarinom.

Onda uvijemo kiflicu po kiflicu. Reamo ih u pleh obložen pek papirom. Premažemo svaku jajetom i pospemo susamom ili po želji još nekim semenkama. Stavimo ih u dobro zagrejanu rernu na 250 C i pecemo oko 15 minuta zavisi od rerne dok ne porumene.

## **Savet**

Od ove koliine ispadne oko 3 pleha kiflica. Ukusne su i meke ak i kad odstoje. Mogu se služiti za doruak veeru... Punjene sa džemom sam pravila, ali su lepše slane.