

Celozrnné žemličky



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 40min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 1h 0min , Porce: **12**

1247 kalorií , **0 g** cukrů , **18 g** tuků , **76 g** bílkovin

Autor: linkinkatka

Odkaz: <https://srecepty.cz/celozrnné-žemličky>

Příprava

V misce smícháme tvaroh s vejcem. Až vznikne hladká hmota, přimícháme mouku smíchanou se solí a práškem do pečiva. Obsah misky vysypeme na vál a rukama zpracujeme hladké těsto. Rozdělíme je na 12 stejných dílků a z každého vytvarujeme žemličku. Naskládáme je na plech s papírem na pečení, potřeme rozšlehaným bílkem a posypeme semínky. Pečeme při 180°C asi 15-20 minut.

Ingredience

- 250 g pšeničné celozrné mouky jemně mleté
- 250 g měkého tvarohu
- 1 lžička soli
- 1 vejce
- 2 lžičky kypřicího prášku do pečiva
- sezamová semínka

Kategorie

Česká, Finančně nenáročné, Pečivo a produkty domácí pekárny