

# Chlebík z ovesných vloček



**Obtížnost:** ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 1h 0min  
Celkový čas: 1h 15min , Porce: **15**

**2843** kalorií , **12 g** cukrů , **93 g** tuků , **92 g** bílkovin

**Autor:** BB

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/chlebik-z-ovesnych-vlocek>

## Příprava

Rozmícháme jogurt a přidáme 4 zarovnané lžičky jedlé sody a osolíme dle chuti. Promícháme a jak začne kypět, postupně přidáváme ovesné vločky. Nakonec přidáme oříšky.

Naplníme vymazanou formu biskupského chlebíčku (o délce 26 cm) a nahoru nasypeme slunečnicové nebo jiné semínka dle chuti, které přitlačíme lžičkou.

Dáme péct na hodinu do předehřáté trouby na 170-180 stupňů. Upečení zkusíme špejlí, nesmí lepit.

Chlebík uskladňujeme na kuchyňské lince přikrytý utěrkou.



## Ingredience

- 600 g ovesných vloček
- 100 g ořechů
- 4 lžičky jedlé sody
- sůl
- 1 hrst slunečnicových semínek
- 2 velké kelímky bílého jogurtu

## Kategorie

Česká, Jídlo na každý den, Pečivo a produkty domácí pekárny