

Täisterarukkijahu-seemne näkileivad (1 plaaditäis)

Koostisosad

1 dl täisterarukkijahu
1,5 dl vett
100 g päevalilleseemneid
50 g linaseemneid
50 g kõrvitsaseemneid
50 g seesamiseemneid
½ tl soola



Valmistamine

- Kalla retseptis nimetatud seemned kokku ühte suuremasse segamiskaussi.
- Lisa jahu ja sool.
- Viimasena lisa vesi ja sega kõik koostisosad ühtlaseks massiks.
- Jäta segu 15 minutiks seisma.
- Kalla segu küpsetuspaberiga kaetud ahjulaadile.
- Vormi segu niiske käega õhukese kihina ahjuplaadile laiali.
- Küpseta näkileiba 165 °C juures 30 minutit.
- Lase jahtuda, murra näkileivast söömiseks meelepärase suurusega tükid.