

Ovesné sušenky s medem a skořicí

Kategorie: [Moučníky](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 1

- květový lesní med 1 lžíce
- ovesné vločky 150 g
- máslo 110 g
- slunečnicová semínka 2 lžíce
- mletá skořice 1 špetka
- celozrnná jemně mletá špaldová mouka 100 g
- jedlá soda 1 lžička
- cukr 100 g

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

Troubu necháme rozehrát na 175 °C. Vločky promícháme se skořicí, sodou, moukou a slunečnicovými semínky, máslo rozehtejeme v kastrůlku s medem a cukrem. Promícháme s vločkovou směsí a dvěma lžičkami tvarujeme na plechy vyložené pečicím papírem malé hromádky.

Poznámka:

Sušenky se pečením samy roztečou, počítejte s tím. Ještě teplé jsou křehké, proto je necháme po pečení chvíli chladnout na pečicím papíře.