Domácí chlebové tyčinky grissini

Časová náročnost: 90 minut

Seznam přísad

150 g	pšeničná chlebová mouka
50 g	celozrnná mouka
50 g	lněné semínko
3 g	sušené doždí
4 g	sůl
150 g	studená voda
10 g	olivový olej
	sušené bylinky
	sezamové semínko
	mák nebo hrubě mletá sůl na posypání



Postup přípravy

Nejprve smícháme obě mouky, lněná semínka, sušené droždí a sůl. Pomalu přiléváme vodu s olivovým olejem a těsto spojíme ručním šlehačem dohromady. (Těsto bude nejprve velmi lepkavé, ale jeho konzistence se změní, neboť lněná semínka po chvíli do sebe nasáknou vodu.) Těsto dáme do misky (vymazané olejem), přikryjeme utěrkou a necháme asi hodinu kynout. Po hodině těsto přeložíme a necháme kynout ještě půl hodiny. Poté jej přendáme na pomoučený vál a vytvarujeme z něj obdélník, ze kterého nožem nařežeme proužky. Tyto proužky rukou vyválíme na tyčinky a podle chuti je posypeme sušenými bylinkami, sezamovým semínkem, mákem nebo hrubě mletou solí. Dáme na plech vyložený pečicím papírem a pečeme v troubě předehřáté na 180 stupňů Celsia asi 25 minut. Necháme vychladnout a podáváme.

Tyčinky servírujeme například jako doplněk k **rajčatové polévce pro děti** – recept naleznete ZDE