Sezamové tyčinky

Časová náročnost: minut

Seznam přísad

200 g	sezamová semínka
2 lžíce	med nebo javorový sirup



Postup přípravy

Sezamová semínka nasucho opražíme na pánvi. Pečlivě mícháme a prohazujeme, aby se semínka nepřipálila a nezhořkla. Když jsou narůžovělá, přidáme med či javorový sirup a promícháme. Ještě minutku opékáme. Pokud máme tvořítka na tyčinky, přendáme sezamovou hmotu do nich. Pokud ne, můžeme udělat i placičky – malý kopeček sezamu rozválíme mezi dvěma vrstvami pečicího papíru. Hotové sezamky (tyčinky či placičky) necháme vyschnout a uchováváme v suché uzavíratelné nádobě, aby nezvlhly.