

LOW CARB SUSAM MAFINI

Sastojci:

3 manja ili 2 veća jaja
50 ml vode
120 g mlevenog susama
150 g čvršćeg sira, izmravljenog
150 g sitno iseckane sveže crvene paprike
1 kašičica praška za pecivo
1 kašičica lanenog semena
1/2 kašičice soli
1/2 kašičice origana
1/3 kašičice belog luka u granulama
2 kašike pečenog susama, za posipanje

Postupak:

Jaja razmutiti viljuškom, dodati vodu i promešati. Dodati sve ostale sastojke, promešati i ostaviti dok se rerna greje na 200°C. Stajanjem će se smesa malo zgusnuti. Sipati u silikonske mafin kalupe i posuti pečenim susamom. Peći na 200°C oko 25-30 minuta.

Napomena:

Mafini neće mnogo porasti, tek malo, da vas to ne zbuni :)

Izvor:

<http://www.proverenirecepti.com/2020/09/low-carb-susam-mafini.html>