**Jajčni namaz**

**SESTAVINE:**

\*4 jajca  
\*1 čebula  
\*3 rezine masla  
\*1 žlica gorčice  
\*sol  
\*poper  
\*drobnjak

**OPIS POSTOPKA**

Jajca trdo skuhamo, olupimo in ohladimo. Na rezini masla popražimo čebulo, da porumeni. Še toplo čebulo stresemo v posodo in dodamo še preostali dve rezini masla, da se raztopita. Jajca narežemo na majhne kocke in jih dodamo k čebuli. Dodamo žlico gorčice ter solimo in popramo po okusu. Na koncu primešamo še svež drobnjak.

**ČAS PRIPRAVE:**30 min

**Pečeni ovseni kosmiči s sadjem**

**SESTAVINE:**  
\* 450 ml mleka  
\* 2 veliki jajci  
\* 3 žlice agave sirupa (ali katerega drugega sladila)  
\* 60 g masla  
\* 1 velika banana  
\* 250 g [ovsenih kosmičev](https://www.malinca.si/ovseni-kosmici-iz-ekoloske-pridelave-500g.html)  
\* 1 čajna žlička pecilnega praška  
\* [cimet](https://www.malinca.si/cejlonski-cimet-v-prahu-iz-ekoloske-pridelave-100g.html)  
\* 1 čajna žlička vanilijevega ekstrakta  
\* ščepec [soli](https://www.malinca.si/himalajska-kristalna-sol-250g.html)  
\* Mešano sadje (jabolka,…)

\* Pest grobo nasekljanih oreščkov (lešniki in mandlji)

**OPIS POSTOPKA**

 Jajca dobro razžvrkljaš v mleku, ter dodaj vse ostale sestavine razen sadja in oreščkov. Maso prelij v namaščen pekač in po vrhu potrosi sadje in oreščke. Peci 35-40min v pečici ogreti na 170 stopinj Celzija.

Tako pripravljen zajtrk lahko hraniš v hladilniku nekaj dni, ali pa ga zamrzneš do 3 mesece. Zraven odlično paše jogurt, kokosova krema ali kaj podobnega.

**ČAS PRIPRAVE:** 10 min + pečenje

# Skutine palačinke

**SESTAVINE (za cca. 10 palačink):**  
**Testo:**  
\* 2 jajci  
\* 3 žlice [pirine polnozrnate moke](https://www.malinca.si/pirina-polnozrnata-moka-iz-ekoloske-pridelave-1kg.html)  
\* 2 žlici [kokosove moke](https://www.malinca.si/kokosova-moka-mleta-iz-ekoloske-pridelave-250g.html)  
\* 2 žlici [ovsenih kosmičev](https://www.malinca.si/ovseni-kosmici-iz-ekoloske-pridelave-500g.html)  
\* 1 žlica skute (nepasirano)  
\* 3,5 dl mleka  
\* 1 žlička [kokosovega sladkorja](https://www.malinca.si/kokosov-sladkor-iz-ekoloske-pridelave-500g.html)  
\* ščepec [soli](https://www.malinca.si/himalajska-kristalna-sol-250g.html)  
\* [kokosovo olje](https://www.malinca.si/ekstra-devisko-kokosovo-olje-iz-ekoloske-pridelave-500-ml.html)  
**Preliv:**  
\* 2 žlici skute  
\* 1 žlica jogurta   
\* kokosov sladkor  
\* banana

**OPIS POSTOPKA:**

V blenderju zmiksamo sestavine za testo, da dobimo gladko (gosto) maso. Ponev rahlo namastimo s kokosovim oljem, testo z žlico vlijemo v ponev in pečemo nekaj minutk (dokler na vrhu ne opazimo mehurčkov). Palačinka naj bodo velika nekje 10 cm. Palačinko obrnemo z lopatico in pečemo na drugi strani do zlato-rjave barve. Enak postopek ponovimo s preostalim testom.

**Pripravimo preliv:** Skuto in jogurt zmešamo in nanesemo na palačinke.

Postrežemo z narezanimi koščki banane in posujemo s kokosovim sladkorjem.

**ČAS PRIPRAVE:** 30 min