

Crackers aux graines



Ingrédients pour 4 personnes

- 80g de farine
- 20g d'huile d'olive
- 20g de flocons d'avoine
- Sel
- 30g de graines de courge
- 15g de graines de sésame
- 15g de graines de pavot
- 1 cac de levure chimique
- 60g d'eau



Préparation

- Préchauffer le four à 180°C
- Verser tous les ingrédients secs dans un saladier et mélanger.
- Ajouter l'eau, l'huile d'olive et mélanger à la cuillère. La pâte doit être un peu collante.
- Verser la préparation sur une plaque allant au four et recouverte de papier sulfurisé. Posez une deuxième feuille de papier par dessus et étalez au rouleau pour obtenir un rectangle de pâte, ni trop fin, ni trop épais. Découper la feuille du dessus et prédécouper des carrés dans la pâte.
- Enfourner et faites cuire 15 à 20min. Ces crackers se conservent pendant une semaine dans une boîte.

A partir de :

3,51 SOIT

0,87€/PART



Bon à savoir :

N'hésitez pas à varier les graines dans la recette. Vous pouvez aussi y ajouter des herbes aromatiques comme de l'origan, du basilic ou du thym, ou même des olives. Faites-vous plaisir !

Crackers aux graines



Ingrédients pour 4 personnes

- 80g de farine
- 20g d'huile d'olive
- 20g de flocons d'avoine
- Sel
- 30g de graines de courge
- 15g de graines de sésame
- 15g de graines de pavot
- 1 cac de levure chimique
- 60g d'eau



Préparation

- Préchauffer le four à 180°C
- Verser tous les ingrédients secs dans un saladier et mélanger.
- Ajouter l'eau, l'huile d'olive et mélanger à la cuillère. La pâte doit être un peu collante.
- Verser la préparation sur une plaque allant au four et recouverte de papier sulfurisé. Posez une deuxième feuille de papier par dessus et étalez au rouleau pour obtenir un rectangle de pâte, ni trop fin, ni trop épais. Découper la feuille du dessus et prédécouper des carrés dans la pâte.
- Enfourner et faites cuire 15 à 20min. Ces crackers se conservent pendant une semaine dans une boîte.

A partir de :

3,51 SOIT

0,87€/PART



Bon à savoir :

N'hésitez pas à varier les graines dans la recette. Vous pouvez aussi y ajouter des herbes aromatiques comme de l'origan, du basilic ou du thym, ou même des olives. Faites-vous plaisir !