



CRACKERS SANS GLUTEN



Temps :



Nombre de couvert :

Ingédients :

-35g de farine de maïs
-15g de farine de sarrasin
-65g d'un mélange de graines au choix (tournesol, courge, sésame,...)
-1/2 cuillère à café de sel
-1/2 cuillère à café d'ail semoule
-Piment d'Espelette selon les gouts
-20g d'huile d'olive
-50g d'eau

Factulatif :

1 cuillère à café de moutarde, poivre, paprika fumé, herbes ..

Préparation :

-Préchauffez le four à 180 °C.
-Dans un bol, mélanger tous les ingrédients secs, puis ajouter les ingrédients liquides.
-Verser le tout sur une feuille de papier cuisson, puis recouvrir d'une autre feuille de papier cuisson.
-Étaler en formant un carré à l'aide d'un rouleau pâtissier. Vous devez obtenir un carré d'environ 30 cm. N'hésitez pas à rabattre les bords du carré pour que ce soit plus facile.
-Retirer la feuille du dessus et pré-découper vos crackers en formant de petits carrés.
-Enfourner 15 minutes.
-Laisser vos crackers refroidir 10 minutes avant de les casser et de les placer dans une boîte hermétique.

Astuces ou notes personnelles :



Votre photo ici