

CRACKERS SANS GLUTEN



Ingredients

- 150 grammes de farine de pois chiches
- 50 grammes de graines diverses (tournesol, courges, chia, pignons de pin...)
- 2 CS de graines de sésame 3 CS d'huile d'olive
- 1 CS d'huile de sésame
- 1 cc rase de sel
- 4 CS d'eau froide

Réalisation

- Préchauffer le four à 180°
- Dans un saladier, mélanger la farine, le sel et les graines
- Faire un puit et y ajouter les huiles et l'eau
- Façonner une boule de pâte puis la placer entre deux feuilles de papier sulfurisé
- Etaler la pâte sur 3 mm d'épaisseur avec un rouleau
- A l'aide d'un couteau ou d'une roulette à pizza, découper les crackers avant cuisson
- Enfourner 10 minutes