



# CRACKERS MAISON AUX GRAINES ET AU ROMARIN

## Ingrédients

15g de flocons d'avoine	100g de farine bise ou de sarrasin
15g de graines de tournesol	2 càs d'huile
15g de graines de sésame	1 bonne pincée de sel
25g de graines de courge	Une pincée de romarin
70 g d'eau	Fromage râpé (facultatif)

## Préparation

Préchauffer le four à 180°C. Mélanger les ingrédients secs. Ajouter l'eau et l'huile et bien mélanger pour former une boule de pâte. Etaler la pâte entre 2 feuilles de papier sulfurisé avec un rouleau à pâtisserie. Ajouter encore des graines par-dessus et du fromage, et aplatir encore. Cuire au four 20 à 25 min. Laisser refroidir, puis casser en morceaux pour obtenir des mini crackers. Servir avec un houmous ou une tapenade.

