

Crackers au levain

Ingrédients

Vous pouvez utiliser d'autres farines mais veillez à avoir une farine complète et une farine standard de qualité.

- 100g de levain
- 30g de farine de blé complet
- 30g de farine d'engrain
- 6g de farine de seigle
- 16 g d'huile d'olive
- 1 c. à c. de fleur de sel
- 1 c. à c. d'herbes de Provence

Préparation

1. Chauffer le four à 170°
2. Dans un bol, mélangez tous les ingrédients jusqu'à ce que la pâte forme une boule.
3. Recouvrir d'un linge propre et réservez au frais pour 30 minutes.
4. Coupez la pâte en 2 et réservez une moitié au frais.
5. A l'aide d'une rouleau de pâtisserie, étalez l'autre moitié de la pâte finement (2-3mm) entre deux feuilles de papier cuisson et placez-la sur une plaque allant au four. Préparez l'autre moitié de la même manière.
6. Couper la pâte en carrés de la taille d'une bouchée. Utilisez une « roulette à couper la pizza » pour plus de facilité.
7. A l'aide d'un pinceau, badigeonnez-les légèrement avec de l'eau et saupoudrez de gros sel.
8. Mettre les 2 plaques au four pendant 12-15 minutes, , ou séparément si vous n'avez pas 2 plaques.
9. Laissez-les refroidir complètement avant de les manger et conservez-les dans une boîte à température ambiante.

Ces crackers se conservent facilement 1 semaine à température ambiante.

