

Ingrédients pour une quarantaine de crackers: -100g de farine de sarrasin - 50g de polenta - 4 c. à s. d'huile d'olive

- Sel

La recette: Préchauffer le four à 200°C. Mélanger la farine, la polenta et le sel. Incorporer l'huile d'olive. Ajouter juste assez d'eau pour obtenir une boule de pâte souple et non collante. L'étaler le plus finement possible entre 2 feuilles de papier sulfurisé, puis retirer la feuille du dessus et tracer délicatement des carrés avec un couteau sans les séparer. Cuire 10 à 12 minutes.

Variante: Ajouter des graines de sésame, de tournesol ou de courge...

---