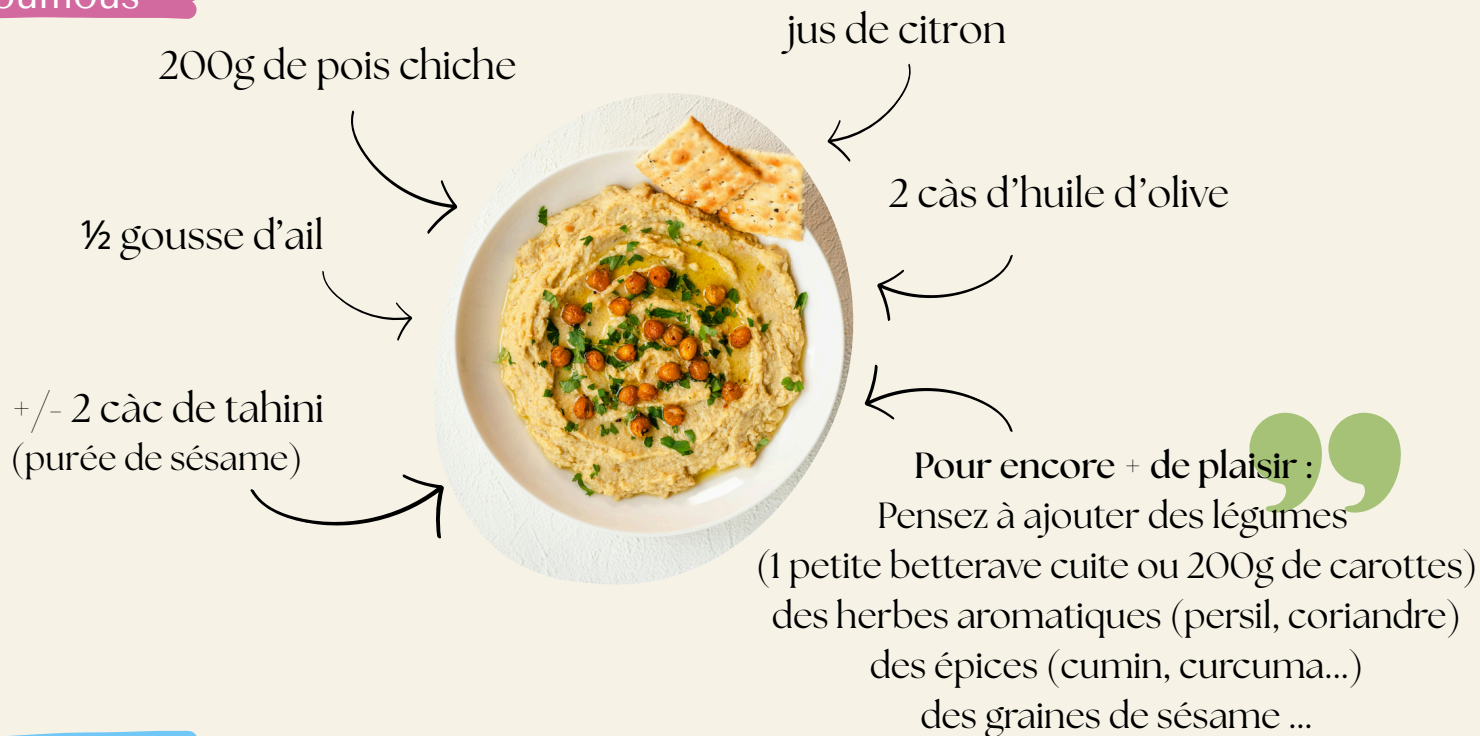


# Les recettes de la CPTS



## Houmous



## Crackers

### Ingrédients :

1 oeuf - 200g de farine - 2 pincées de levure chimique -  
50 mL d'huile d'olive - une pincée de sel

### Préparation :

★ Dans un saladier mélangez farine + sel + levure chimique.

Ajoutez l'oeuf, l'huile, et 20mL d'eau.

Travaillez la pâte pendant 1 à 2 min jusqu'à ce qu'elle soit lisse.

Recouvrez-la de film étirable et laissez-la reposer 30min au réfrigérateur.

★ Préchauffez le four à 180°C (th 6). Etalez la pâte en un grand rectangle de 4mm d'épaisseur. A l'aide d'une roulette à pizza, découpez des rectangles d'environ 6 cm de long et 4,5 cm de large.

★ Déposez-les sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé. Piquez chaque rectangle de 6 coups de fourchettes et saupoudrez-les légèrement de sel fin.

Faites les cuire 10 min jusqu'à ce que les bords soient dorés.

★ A la sortie du four, laissez-les refroidir sur une grille pour qu'ils deviennent croustillants.



Pour encore + de plaisir :  
Vous pouvez saupoudrer avant cuisson la pâte de graines de sésame, de courge, de lin ...