

Crackers d'épeautre et rillettes de maquereau

Waiting for the sun
<http://waitingforthesun.caladan09.fr/>



Ingrédients pour 15 crackers environ

Crackers :

- 125 g de farine d'épeautre (à défaut de la farine complète) • 1 pincée de sel
- 1 bonne pincée de levure chimique • 1 càs de graines de pavot • 1 càs de graines de lin
- 1 càs de graines de sésame • 60 g de chèvre frais
- quelques càs d'eau tiède

Rillettes :

- 200 g de filets de maquereau fumé
- 50 g de ricotta (ou du chèvre frais si vous le souhaitez)

Préchauffer le four th6, 180°C. Retirer la peau et les arrêtes des filets de maquereau. L'émietter à la fourchette dans une assiette creuse et le mélanger avec la ricotta. Réserver au frais.

Dans un saladier, mélanger la farine d'épeautre avec le chèvre frais, et les graines de pavot, de lin et de sésame. Travailler du bout des doigts, puis incorporer 3 càs d'eau pour amalgamer la pâte. Ajouter quelques càs d'eau si besoin pour que la pâte forme une boule compacte.

Étaler finement la pâte (1 à 2 mm) sur un plan de travail fariné (la pâte colle un peu), découper les crackers à l'emporte pièce et les déposer sur une plaque anti-adhésive. Enfourner pour 8 à 10 minutes, les crackers doivent être légèrement dorés. Laisser refroidir sur une grille puis tapoter pour enlever le surplus de farine.

Garnir par exemple de rillettes de maquereau.

Vous pouvez préparer ces crackers à l'avance et les conserver dans une boîte métallique hermétique. S'ils ramollissaient, les passer 2 à 3 minutes au four pour les sécher légèrement.