

## Recette de crackers apéros au comté et ail des ours proposé par Catherine Duong



Un bonheur de pouvoir à nouveau crapahuter dans la nature à la recherche des petites herbes sauvages à déguster. Aujourd'hui récolte de l'ail des ours, cette belle odorante qui a sorti ses feuilles en sous-bois.

Voici un petit biscuit apéro très simple à réaliser et qui fera son effet à votre table et vous donnera l'occasion de parler de cueillette sauvage !

Temps de préparation :20 minutes

Temps de cuisson :15 minutes

Portions :25 pièces

### Ingrédients

- 200 g farine ordinaire T65 ou de grand épeautre T70
- 70 g ail des ours feuilles fraîches et mixées avec un peu d'huile
- 5 cl huile d'olive vierge extra
- 5 c. à soupe eau
- poivre
- sel et fleur de sel
- 60 g de comté

### PRÉPARATION DE LA RECETTE :

1. Préchauffer le four à 180°C. Dans un saladier ou le bol d'un robot (avec crochet plat), mélanger la farine avec la purée de feuilles d'ail des ours, l'huile et une belle pincée de sel. Râpez le comté et, ajoutez-le au mélange précédent.
2. Ajouter ensuite l'eau, peu à peu, jusqu'à obtenir une pâte qui se tient (plus ou moins) et lisse.
3. Former une boule puis l'étaler à 2-3 mm d'épaisseur. Former des crackers avec un emporte-pièce ou simplement des carrés ou des losanges avec un couteau.
4. Tapisser une plaque de four avec du papier cuisson. Poser dessus les crackers, saupoudrer de fleur de sel et enfourner 12 à 15 minutes environ (cela dépend des fours, de la largeur et de l'épaisseur des biscuits). Ils doivent colorer mais pas trop.
5. Laisser refroidir sur une grille et déguster.

Note : J'ai aussi testé une version sans gluten avec de la farine de pois chiche ...