

CRACKERS AUX GRAINES ET ÉPICES

- 125 g de farine (épeautre, seigle, châtaigne...)
- 70 g de graines (tournesol, courge, sésame au choix ou en mélange)
- 1 cc sel (j'en mets aux herbes...trop bon)
- 1 cc épice (curry, paprika, mélange, etc....)
- 5 cl huile d'olive
- 5 cl eau froide

Bien mélanger les ingrédients.

Abaisser au rouleau la pâte entre deux feuilles de papier cuisson, jusqu'à une épaisseur de 3 mm env. Pré-découper en petits carrés, rectangles, formes diverses. Mettre au four à 180°C pendant 15mn.

Après refroidissement, casser les morceaux.

CHOCOLATS BISCUITÉS AUX FRUITS SECS ET CONFITS

30 à 40 bouchées chocolatées | 20 10 min de préparation | 5 min de cuisson | 2 h de réfrigération

- 200 g de chocolat noir (ou bien 250/300 g de chocolat blanc)
- 60 g de beurre demi-sel
- 30 g de biscuits secs (palmiers, petits-beurre, boudoirs, palets bretons...) ou 20 g de galettes de riz soufflé
- 30 g d'oléagineux concassés (amandes entières ou effilées, pistaches, noisettes, noix de cajou...) ou de graines (sésame, tournesol...)
- 40 g de fruits secs ou confits (gingembre, ananas, papaye, abricots, cranberries...).

Commencer par faire fondre le chocolat et le beurre demi-sel. Y incorporer – hors du feu – les biscuits secs ou les galettes de riz soufflé émiettés, ajouter les oléagineux concassés ou les graines et finir avec les fruits secs ou confits finement émincés. Étaler le mélange dans une tôle ou un plat d'env. 20 x 30 cm chemisé de papier cuisson, puis réfrigérer le tout pendant au moins 2 h.

Démouler le rectangle chocolaté sur une planche, puis le trancher en petites bouchées carrées. *Les bouchées au chocolat se conservent plusieurs semaines au frigo dans une boîte hermétique.*

