



Cuisine et
dépendances

Crackers light



C'est une recette qui circule sur plusieurs blogs ([ici](#), ou [ici](#)) et que j'ai voulu tenter à mon tour avec un paquet de feuilles à raviolis achetée lors de ma dernière virée à Paristore (supermarché de produits asiatiques à Toulouse).

Très rapide et très simple à faire : il suffit de découper la pâte avec un emporte pièce et de parsemer de sel, de fromage et de différentes graines. Quelques minutes au four et c'est tout ! Ces crackers sont très beaux, assez light (après tout dépend de ce qu'on met dessus) et peu chers.

Ingrédients :

- feuilles de pâte Won-Ton (pâte à raviolis)
- 1 œuf
- 3 cuil. à soupe de lait ou crème de soja
- parmesan (ou emmenthal râpé)
- fleur de sel
- au choix : graines de pavot, de sésame, de fenouil, pistaches écrasées, épices...

Préparation :

Préchauffer le four à 180°C (th.6).

Essuyer rapidement au pinceau chaque feuille Won-Ton pour enlever le surplus de farine.

Battre l'œuf avec le lait.

Découper des formes à l'emporte-pièce dans les feuilles. Réserver les chutes pour une autre

utilisation.

Placer sur une tôle à pâtisserie recouverte de papier sulfurisé.

Dorer chaque biscuit avec un pinceau au mélange œuf + crème.

Couvrir d'une pincée de parmesan râpé (mais on peut en faire sans), de fleur de sel et de la garniture choisie (je varie pour avoir plein de crackers différents, c'est plus sympa à l'apéro et cela ne prend pas plus de temps), par exemple :

- sésame blanc
- fenouil + parmesan
- graines de pistache concassées

Répéter l'opération avec un autre feuillet Won-Ton jusqu'à obtenir la quantité de biscuits désirée.

Enfourner et laisser cuire au four pendant 5 minutes : bien surveiller la cuisson car les biscuits colorent très vite.

Le 21 Mai 2009 – Par Gaëlle – Cuisine et dépendances

Lien : <http://gainthekitchen.canalblog.com/archives/2009/05/21/index.html>