



# Craquelins maison

Cuisine des petits biscuits salés!

## Ingrédients

- 310 ml (1 1/4 tasse) de farine de blé entier
- 5 ml (1 c. à thé) de moutarde sèche
- 5 ml (1 c. à thé) de paprika doux
- 2,5 ml (1/2 c. à thé) de sucre
- 1 ml (1/4 de c. à thé) de poudre d'ail
- 1 ml (1/4 de c. à thé) de sel
- 60 ml (1/4 de tasse) de beurre très froid en cubes
- 60 ml (1/4 de tasse) d'eau froide
- farine tout usage (pour abaisser la pâte)
- sel (facultatif)



Préchauffer le four à 200 °C (400 °F).  
Placer la grille au centre du four.

## Pour préparer la pâte

- 1 Dans le récipient du robot culinaire, dépose la farine, la moutarde, le paprika, le sucre, l'ail et le sel. Pulse pour mélanger.
- 2 En laissant tourner le moteur du robot, ajoute les cubes de beurre un à un pour obtenir de petits grains uniformes. Ajoute ensuite l'eau en un mince filet et laisse tourner le moteur jusqu'à la formation d'une boule.
- 3 Emballe la boule d'une pellicule de plastique et laisse-la au frigo pendant 30 minutes.



## Pour façonner les biscuits

- 4 Demande à un adulte d'aplatir la boule de pâte sur une surface enfarinée à l'aide d'un rouleau à pâtisserie pour obtenir une abaisse d'environ 0,25 cm d'épaisseur.
- 5 Taille des carrés de 2,5 cm de côté. Dépose les carrés sur une plaque de cuisson recouverte de papier parchemin. Si tu veux, saupoudre-les de sel.
- 6 Faire cuire 10 minutes ou jusqu'à ce que les craquelins soient dorés.



## Valeur nutritive (pour 6 craquelins)

Énergie: 164 Cal  
Protéines: 4 g  
Matières grasses: 8 g  
Glucides: 20 g  
Fibres: 4 g  
Sodium: 98 mg

Ces craquelins se conservent trois semaines à la température ambiante, dans un contenant hermétique.