

# Crackers aux épluchures et graines de courges

Des épluchures de courges  
25g de flocons d'avoine  
90g de graine de courge (potiron, potimarron, citrouille, butternut...)  
125g de farine  
135g d'eau  
80g d'huile d'olive  
1 cuillère à café d'épices (curry, curcuma, piment)  
1 pincée fleur de sel

Récupérez les graines et épluchures de vos courges. Lavez les bien et séchez les sur un linge.

Mettez épluchures et graines sur une plaque de cuisson, badigeonnez d'huile et des épices. Faire dorer au four.

Mélangez le reste et y ajoutez les épluchures dorées à la poêle.

Étalez finement la pâte sur un plan de travail fariné. Saupoudrez des graines dorées et de sel. Découpez à l'emporte-pièce.

Faire cuire 20 min à 180°C. Conservez dans une boîte hermétique.