

🍴 4 portions · ⌚ prep. 15m · 🕒 cuisson 1h

🌾 gluten

Le biscuit de survie américain, très dur et longue conservation. Percé de trous pour faciliter le séchage.

États-Unis

INGRÉDIENTS

☐ farine	256 g	☐ sel	11 g
☐ eau	240 ml		

PRÉPARATION

Faire des morceaux de 7×7×1 cm ou des galettes. Percer des trous (4×4 par galette) avec une fourchette ou une baguette pour améliorer le séchage pendant la cuisson.

1. Préchauffer le four à 190°C.
2. Mélanger la farine, l'eau et le sel jusqu'à obtenir une pâte homogène.
3. Pétrir et former en morceaux. Percer des trous régulièrement.
4. Cuire 30 minutes sur une plaque de cuisson. Retourner et cuire 30 minutes supplémentaires.

survie