SALADE DE TOMATE À LA CAROTTE SAUVAGE ET SON CRACKER X CUISINE SAUVAGE

Ingrédients pour 4 personnes

Ingrédient	Quantité
tomates	2 (pour la salade)
Huile d'olive	1 càs (pour la salade)
graines vertes de carotte sauvage	2 càs (pour la salade)
Fleurs de carotte sauvage	1 càs (pour la salade)
Lait	10 càc (pour le cracker)
farine	100 g (pour le cracker)
Beurre	10 g (pour le cracker)
bicarbonate	1 càc (pour le cracker)
graines sêchées de carotte sauvage	6 càc (pour le cracker)

Préparation

- 1. Découper en cube les tomates. Assaisonner avec les graines vertes de carotte et l'huile d'olive. Saupoudrer de fleurs de carotte.
- 2. Mélanger les ingrédients du cracker pour réaliser une pâte homogène non collante. Cuire des petites galettes de cracker à la poêle.
- 3. Cette salade peut accompagner du saumon.