

Batátové chipsy

Počet porcí: 2

Doba přípravy: 45 minut

Postup přípravy

Omýté batáty nakrájíme na slabé plátky. Plátky dáme do mísy a zalijeme horkou vodou smíchanou s 1 lžící škrobu. Necháme máčet 15 minut. Kořenící směs: Všechny ingredience dáme do mísy a vše smícháme Troubu předehřejeme na 200°C, dva plechy vyložíme pečícím papírem. Plátky vysušíme, z obou stran je potřeme olejem a rozložíme na plech. Posypeme kořením a pečeme 30-35 minut. V plovíně pečení plátek otočíme.

Ingredience

- **Jedlá sůl** - 10 g
- **Olivový olej** - 44 g
- **Cukr krystal** - 10 g
- **Česnek sušený granulovaný 25 g** - 7 g
- **Pepř černý mletý 20 g** - 4 g
- **Kukuřičný škrob, bez lepku 200 g** - 24 g
- **Batáty sladké** - 160 g
- **Chilli papričky drcené 8 g** - 5 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM

DIABETICA.CZ

VÁŠ SEZNAM ONLINE

