

Chipsy jarmużowe



JADWIGA/JAGA85



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

jarmuż	5 łodyg dorodnych
oliwa	
Pieprz kolorowy ziarnisty Prymat	świeżo mielona
Sól ziółowa jodowana Prymat	świeżo mielona

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Jarmuż dokładnie przepłukujemy i osuszamy.

Gotowe warzywo obieramy z grubych łodyg, urywając zgrabne kawałki strzępiatych liści. Kawałki liści układamy na blaszce wyłożonej papierem do pieczenia. Liście skrapiamy oliwą, a następnie oprószamy ulubionymi przyprawami. Tak przygotowany jarmuż wkładamy do nagrzanego piekarnika. Zapiekamy go około 10 -12 minut w 150°C. Liście dość szybko stają się chrupiące.