

Chips di verdura al forno

Spuntino/contorno

Difficoltà: facile

Tempo di preparazione: 50 minuti

Ingredienti (per 4 persone)

- 500 gr di topinambur o patate
- 2 barbabietole
- 5 carote
- Rosmarino fresco q.b.
- Erba cipollina q.b.
- Olio extra vergine di oliva q.b.
- Sale q.b.

Preparazione

Pelare le verdure e lavarle accuratamente.

Affettarle in modo sottile con un coltello o con una mandolina.

Dividere le verdure in tre ciotole separate e unire un giro d'olio.

Unire alle barbabietole un pizzico di sale.

Unire al topinambur il rosmarino tritato.

Unire alle carote l'erba cipollina.

Disporre le verdure senza sovrapporre in una teglia ricoperta di carta da forno.

Infornare a 150° in forno ventilato preriscaldato.

Se necessario dopo circa 20 minuti girare le fettine di verdure.

Continuare a cuocere fino a quando non saranno dorate e croccanti.

Far raffreddare leggermente prima di servire.

Le chips di verdura possono essere consumate come contorno di un pasto oppure come snack. O ancora come guarnizione di primi o secondi piatti, aggiungeranno croccantezza e gusto!

