Domácí zeleninové chipsy

25. 10. 2021

Recept je vhodný pro: 3. fáze

Perfektní recept, který můžete podávat jako předkrm nebo jako zdravé "zobání" k televizi.

Co potřebujete (2 porce):

- *1 mrkev*
- *1 petržel*
- *1 řepa*
- *2 lžíce olivového oleje*
- *sůl a pepř*
- *sušené chilli*
- *2 polévkové lžíce petrželové natě*

Jak na to:

1. Mrkev a petržel nakrájíme na kolečka široká asi 2 milimetry, řepu nakrájíme na kolečka široká 1 milimetr.

2. Do misky nalijeme 2 polévkové lžíce oleje, osolíme a opepříme a vložíme nakrájenou zeleninu. Vše pečlivě promícháme.

3. Nakonec vyskládáme na plech tak, aby se jednotlivá kolečka nepřekrývala. Pečeme 15 - 20 minut v předehřáté troubě na 200°C.

4. Nakonec dozdobíme čerstvě nasekanou petrželovou natí.