

Owoce chipsy, czyli co możemy suszyć w piekarniku



Opis wskazówki

Zdrowe chipsy prosto z Twojego piekarnika

Wszyscy uwielbiają chipsy. I wszyscy wiedzą, jak bardzo są niezdrowe. Nie jest to jednak problem nie do rozwiązania. Warto spróbować chipsów z owoców, są równie smaczne a jakie zdrowe! W roli chipsów najlepiej sprawdzą się: jabłka (zdecydowanie najpopularniejsze), arbuzy, gruszki, banany, mango, ananasy czy truskawki. Owoce kroimy w cienkie plasterki i suszymy w piekarniku, w niewielkiej temperaturze, przez kilka godzin. Nie trzeba ich dodatkowo doprawiać, ale jeśli chcemy wzbogacić ich smak, warto skorzystać z cynamonu, wanilii czy soku z cytryny.