

Chips de betabel al horno

Escanea para una receta interactiva



**GREATER
CHICAGO**
-FOOD-
DEPOSITORY.

Sirve: 3

Prep: 10 minutos | **Cocinar:** 20 minutos

INGREDIENTES

- 3 betabeles medianas, en rodajas finas
- Aceite de oliva
- 1 pizca de sal y pimienta
- 2-3 ramitas de romero, picado (opcional)



PREPERACIÓN

1. Precaliente el horno a 375° F y pone la rejilla del horno en el centro del horno.
2. Corte finas los betabeles con un cuchillo.
3. Distribuir en dos bandejas de horno y rociar con aceite de oliva. Añadir un poco de sal, pimienta y el romero. Asegurarse de que los betabeles no tocan.
4. Hornee durante 15-20 minutos o hasta que estén crujientes y ligeramente marrón.
5. Retire del horno. Déjalo enfriar. Sirve.

Información Nutricional

Porción: 1 taza

Calorías	79
Grasa total	4.7 g
Grasa saturada	0.6 g
Colesterol	0 mg
Sodio	95 mg
Carbohidratos	8.6 g
Fibra	2.5 g
Azúcares	6.1 g
Proteína	1.5 g

Fuente de receta:
Minimalistbaker.com