

Papas fritas de camote



**GREATER
CHICAGO**
-FOOD-
DEPOSITORY.

Escanea para una receta interactiva

Sirve: 3

Prep: 10 minutos | Cocinar: 30 minutos

INGREDIENTES

- 2 camotes grandes, cortados en palitos
- 2 cucharadas aceite para cocinar
- 1/2 cucharadita sal
- 1/4 cucharadita pimienta
- Especies de su elección (ver notas)

PREPERACIÓN

1. Precalentar el horno a 425°F.
2. Deja la piel a los camotes y córtelos en ramas delgadas.
3. Coloque las ramas de camote sobre 2 bandejas de hornear. Espolvorear con especias y revuelve para cubrirlos.
4. Hornear por 15 minutos, revuelva, y hornear por 10-15 minutos más hasta que los camotes estén dorados y crujientes. Sirve caliente con su salsa favorita.



Notas:

Cajún	1 1/2 cucharaditas ajo en polvo, 1 1/2 cucharaditas paprika ahumada, 1 1/2 cucharaditas orégano, 1 cucharadita tomillo, 1/4 cucharadita pimienta cayena
De ajo	1 1/2 cucharaditas ajo en polvo
Dulce	1 cucharadita canela + 1 1/2 cucharaditas azúcar
Hierbas y queso	1 1/2 cucharaditas de sus hierbas secas favoritas (perejil, tomillo, orégano) + 1/4 taza queso parmesano

Información Nutricional

Porción: 1/3 de receta con especias Cajún

Calorías	282
Grasa total	9 g
Grasa saturada	1 g
Colesterol	0 mg
Sodio	473 mg
Carbohidratos	44 g
Azúcar	7 g
Fibra	12 g
Proteína	4 g

Fuente de receta: Adaptado de Minimalist Baker