



Recetas riquisimas para hacer en casa

Chips de plátano al horno

Ingredientes

CANTIDAD PARA 4 PERSONAS

- 3 4 plátanos grandes que no estén muy maduros
- o 3 cucharaditas de aceite de oliva virgen extra
- 1-2 limones
- 1/2 cucharadita de sal (opcional)
- 1/4 cucharadita de pimienta molida (opcional)

Receta

- 1. Precalienta el horno a 180°C-200°C.
- 2. Corta el plátano en rodajas finas. Ponlas en un bol, añade el aceite de oliva y mézclalo todo.
- 3. Coloca las rodajas de plátano, separadas entre sí, sobre una bandeja apta para hornear y cubierta con papel de horno.
- 4. Exprime el zumo de los limones sobre las rodajas de plátano.
- 5. Mételo al horno y espera 25 minutos. Pasado ese tiempo, dales la vuelta y hornea 5-10 minutos más, hasta que se doren.
- 6. Sácalas del horno, ponlas en un plato y añade la pimienta (y la sal). Déjalas enfriar.



Más sano imás bueno!

Receta 100% saludable

Alérgenos

No contiene