



VÉGÉTARIEN



15 MIN



1 À 2 MIN

CHIPS DE PEAUX DE POMMES DE TERRE

INGRÉDIENTS

- Les épluchures de 2 concombres.
- 150g de feta.
- 1 demie botte de ciboulette.
- 200g de farine T55.
- 1 sachet de levure chimique.
- 3 œufs.
- 1 yaourt grec (150g).
- 10 cl d'huile d'olive.
- 30g de graines de tournesol.
- Sel.
- Poivre.

ÉTAPES

1. Préchauffez le four à 200°C.
2. Dans un saladier, mélangez les épluchures avec un peu l'huile, de manière à ce que chaque morceau soit enrobé de matière grasse.
3. Sur une plaque à pâtisserie recouverte de papier cuisson, déposez les épluchures huilées bien à plat, en évitant qu'elles se chevauchent.
4. Enfournez environ 15 minutes, jusqu'à ce que les épluchures soient dorées.
5. Ôtez les épluchures grillées une par une (car selon leur épaisseur, le temps de cuisson variera de quelques minutes) et déposez les dans une assiette pour les laisser refroidir.
6. Salez et poivrez.
7. Vous pouvez les parfumer avec les épices ou les aromates de votre choix.
8. Les épluchures vont durcir au bout d'1 minute ou 2 de refroidissement et devenir bien croustillantes.

Servez les chips de peaux de pommes de terre aussitôt, ou attendez qu'elles refroidissent complètement !



LA CAPÉCHAUDE
FOODLAB DU BASSIN DE THAU