



Programa Zero
Desperdício EPRIN



CHIPS DE CASCAS DE BATATA E ABÓBORA

Transformar cascas em aperitivos!

INGREDIENTES

Cascas de batata (da
sopa)
Cascas de abóbora (da
sopa)
1 c. sopa de azeite
1/2 c. café de sal
Pimenta q.b.
Pimentão-doce q.b.
Alho em pó q.b.

PREPARAÇÃO

1. Pré-aqueça o forno a 220°C.
2. Lavar muito bem as cascas e secar com um pano.
3. Disponha as cascas num tabuleiro forrado com papel vegetal e tempera-as com o azeite, o sal, a pimenta, o pimentão-doce e o alho em pó .
4. Leve ao forno por 160°C por cerca de 20 minutos.
5. Passado este tempo, vire as cascas e deixar mais 15 minutos ou até estarem secas.

DICAS ZERO DESPERDÍCIO

Aproveite as cascas da batata e abóbora da sopa para fazer este excelente snack, crocante, estaladiço e nutritivo!

