



Receitinhas

CHIPS DE BANANA SALGADA

INGREDIENTES:

- 3 a 4 bananas da Terra – não podem estar maduras
- 1 colher de chá de limão
- ½ colher de chá de sal
- ½ colher de chá de páprica picante ou pimenta do reino

MODO DE PREPARO:

Pré-aqueça o forno com temperatura baixa, para desidratar, aproximadamente 80-95°C. Coloque o papel manteiga devidamente na assadeira e distribua igualmente as fatias da banana, deixando espaço entre elas. Em seguida, coloque o suco de limão sobre as fatias, para que não escureçam. Deixe assar até dourar – aproximadamente 1 hora. Adicione o sal e a páprica. Tire do forno e espere esfriar.





www.vanessamigray.com.br 

[vanessamigraynutricionista](#)  

nutricionista@vanessamigray.com.br 

