

★ ☆ マナちゃんとおやつをつくろう!! 31 ☆ ★

✧ マナちゃんの野菜チップス ✧

野菜をスライサーで切ったら、電子レンジで乾燥するだけで簡単です。



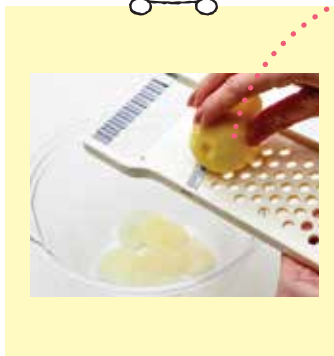
お砂糖なしのおかし

いろいろな野菜で作ってみるのもいいですね。



材料 4人分

- にんじん ————— 1/2本
- ごぼう ————— 1/4本
- じゃがいも ————— 1個
- 塩 ————— 少々



作り方

- ① 野菜はスライサーで薄く切ります。
- ② にんじん以外は水につけ、ざるにあげて、水気を切ります。
- ③ 耐熱皿にキッチンペーパーを敷き、野菜のをせます。
- ④ 電子レンジで約1分半温めます。
- ⑤ 裏返して、1分半～2分温めます。様子を見ながら、さらに30秒ずつ、パリパリになるまで温めます。
- ⑥ 塩をふります。