



KABAK CİPSİ

2-3 adet kabak
Tuz
Baharatlar (kırmızı pul biber, kekik, nane...)

Kabakları ince ince dilimleyin. Kabak dilimlerini olabildiğince ince dilimlemek, cipslerin daha çıtır olmasını sağlar. Tuz ve sevdiğiniz baharatlarla tatlandırıp 190 derecede 5 dakika kızartın, istediğiniz çıtırlığa göre süreyi arttırabilirsiniz.

200 gramı sadece 35 kalori olan bu sağlıklı atıştırmalığı yanında yoğurtla gündüz saatlerinde, yoğurtsuz ise istediğiniz saatte tüketebilirsiniz.

