

XIPS D'API-RAVE

 3h



Ingredients (2 persones)

Api-rave – 1

Sal i pebre



Un mos per al
teletreball

- Preescalfeu el forn a 80°C.
- Netegeu l'**api-rave** i traieu-ne la pell amb un ganivet o pelador.
- Talleu-lo a làmines molt fines amb l'ajuda d'una mandolina o amb el mateix pelador.
- Esteneu les làmines d'api-rave en un paper de forn sobre la safata del forn. Segurament necessitareu dues safates.
- Amb un pinzell, pinteu les làmines d'api-rave amb **oli d'oliva**.
- Poseu les safates al forn a 80°C durant 3h. Cal posar les safates a la part de baix del forn i seleccionar el mode "ventilador". Si no teniu aquest mode, seleccioneu-ne un altre i aneu obrint el forn de tant en tant per treure'n la humitat, de manera que l'**api-rave** es deshidrati.
- Retireu l'**api-rave** a un bol, deixeu que es refredi i **sal-pebreu**.

Altres receptes que podeu fer amb api-rave: api-rave fregit, truita d'api-rave, api-rave farcit al forn, crema d'api-rave o qualsevol recepta on l'api-rave substitueixi la patata.

Deshidratar verdures: podeu fer xips amb qualsevol altra fruita o verdura (pastanaga, carbassa, poma, tomàquet, etc), sobretot si teletrebal·leu i podeu tenir el forn controlat!



 M'importa 1 Rave
6TMA



Una cervesa suau