



Chips à la mode

Ingrédients

pour 15 à 20 chips :

- 2 C. à S. de son d'avoine
- 1 C. à S. de maïzena
- 2 C. à Café de levure
- 2 blancs d'œufs
- 1 C. à S. d'édulcorant
- 30 ml d'eau tiède
- ½ yaourt nature 0 %
- 1 pincée de sel
- 1 C. à café de moutarde à l'ancienne

Temps de préparation : 10 mn

Temps de cuisson : 15 à 20 mn

Température de cuisson : 180°

Commentaires : Méga top !!!

Recette :

- 1- Mixer le son, maïzena, levure, édulcorant en poudre
- 2- Ajouter les blancs d'œufs en fouettant de toutes ses force (ça fait du sport!!!)
- 3- Ajouter le yaourt, puis l'eau et la moutarde (ou herbes de Provence, paprika... à votre goût), fouettez encore plus fort !!!
- 4- Sur une plaque ou le lèche frite, étaler une feuille de papier d'aluminium ou de papier sulfurisé
- 5- Faire des tas de pâte, attention qu'il ne se colle pas en coulant, environ 1 cuillère à café et laisser s'étaler la pâte
- 6- Mettre en bas de votre four.
- 7- Après cuisson, attention en décollant les chips à ne pas les casser.
- 8- Si vous ne les trouvez pas assez croquante et que vous avez le courage d'attendre... les laisser reposer toute une nuit (impossible pour moi!!!)