

Чесночные чипсы из лаваша



На 100 грамм:
Калорийность: **474,75 ккал.**
Белки: **4,59 г.**
Жиры: **38,57 г.**
Углеводы: **26,73 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/chesnochnye-chipsy-iz-lavasha/>

Ингредиенты:

- лаваш - 1 шт
- укроп - 1 ч. л
- чеснок - 6 г
- соль, перец - по вкусу
- оливковое масло - 3 ст. л

Приготовление:

Выдавливает чеснок, добавляем укроп, солим, перчим, наливаем масло, перемешиваем. Смазываем лаваш приготовленной смесью.

Режем лаваш на кусочки и выкладываем на противень. Затем в разогретую на 180 градусов духовку на 5-7 мин., посматривая, так как всё готовится очень быстро. Противень ничем не смазывать! Можно воспользоваться бумагой для выпечки.