



Les recettes de L'AMAP DE PARAY



et ZESTES CITOYENS

Association
**Zestes
Citoyens**
l'épinière d'idées
écologiques & solidaires



Rapide et facile

CHIPS DE PEAUX DE TOMATES

ASTUCE : *Avant de commencer* : préparer un saladier d'eau glacée et un saladier d'eau bouillante : Laver les tomates retirer les pédoncules (ne pas les jeter !)

Plongez les tomates dans l'eau bouillante quelques secondes, puis dans de l'eau glacée : vous pourrez ainsi les éplucher facilement et les consommer comme vous en avez l'habitude.

Pour notre recette, seules les peaux nous intéressent. (Les pédoncules peuvent servir pour une sauce tomates maison bien mixée ou pour aromatiser un bouillon et les pépins de tomates peuvent servir de base à une marinade pour un poisson.)

1/ Une fois les peaux prélevées, laissez-les égoutter soigneusement sur un linge propre, puis disposez-les sur une plaque de cuisson.

2/ Salez, poivrez.

3/ Enfournez 3 heures à 80°.

INGRÉDIENTS

(pour x personnes)

Des peaux de tomates

Sel de céleri, poivre

Temps : préparation 10 minutes – **Cuisson** : 3 heures