




Frytki z batatów z chipsami z kapusty pekińskiej

 Dominika Olivia

Polecane na: [danie główne, przystawki i przekąski](#)

Kuchnia (region): [arabska, polska](#)

Warto wiedzieć:

 30 min

 łatwy

 2 porcje

Składniki:

Bataty - 2 szt.

kapusta pekińska - 100 g

oliwa - 3 łyżka

sól morską lub himalajską - 1
szczypta

czosnek - 2 ząbek

papryka słodka - 2 łyżeczka

pomidory suszone - 4 łyżeczka

bazylia - 7 kawałek

Dodatkowe info:

- Oliwę można kupić gotową w sklepie lub przyrządzić samemu
- Bataty można pokroić w różne kształty
- Zamiast kapusty pekińskiej możesz użyć jarmużu czy innej, wybranej przez siebie kapusty/sałaty.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Bataty umyć, obrać i pokroić na kawałki (słupki lub "tałatki"). Kapustę porwać na mniejsze kawałki. Czosnek posiekać na małe kawałki raz z bazylią.

KROK 2: Do szklanej butelki wsypać czosnek, bazylię i suszone pomidory wraz z solą (najlepiej oliwę przygotować kilka dni wcześniej).

KROK 3: Bataty i kapustę zalać oliwą. Piekarnik nagrzać do 200-220 C, rozłożyć papier do pieczenia i umieścić w piekarniku bataty.

KROK 4: Bataty piec 30 minut. Kapustę dodaj 15-10 minut przed końcem czasu, inaczej będzie ona spalona lub za mocno przypieczona.