

Sfogliette di patate al forno

Le **sfogliette di patate al forno** sono un contorno a base di patate tagliate sottili e cotte al forno con una leggera panatura aromatica. Hanno una consistenza tenera e croccantina allo stesso tempo e sono poco caloriche.

Le **sfogliette di patate al forno** si adattano ad accompagnare secondi piatti di ogni tipo, anche di pesce, e sono deliziose appena sfornate, ma anche tiepide. Volendo possono anche essere riscaldate, sempre nel forno... se avanzano!

Per una preparazione **light** occorre usare poco olio. Attenzione quindi a dosarlo correttamente per ungere la teglia e per condire.

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **190Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **45 minuti**
- ricetta **vegetariana** e **vegan**
- ricetta **light**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**

INGREDIENTI

- 400 g di patate
- 1 cucchiaio di olio extravergine di oliva
- 4 rametti di prezzemolo
- 10 g di pane grattugiato
- Sale fino

PREPARAZIONE

- Lavare le patate e pelarle.
- Affettarle nello spessore di 2-3 millimetri. Se avete una mandolina verranno perfette, tutte con lo stesso spessore e in poco tempo.
- Metterle man mano che si affettano in una ciotola piena di acqua fredda ghiacciata.
- Sciacquarle bene, scolarle e metterle ad asciugare spargendole su uno strofinaccio pulito.
- Ungere una teglia da forno antiaderente con un filo d'olio ben cosparso con un pennello da cucina e disporvi le patate in un solo strato accavallandole leggermente.
- Salare e pepare.
- Lavare il prezzemolo, selezionarne le foglie e tritarle finemente assieme all'aglio spellato. Io uso la mezzaluna su un tagliere.
- Mescolare in una ciotolina il pangrattato con un il trito e distribuirlo sulle patate.
- Condirle con un filo d'olio e infornare nel forno preriscaldato a 200°C per 20-25 minuti circa.

PIETANZE DI ABBINAMENTO IDEALE

Secondi piatti a base di carne o di pesce.

STAGIONE

Ricetta per tutte le stagioni

AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.

I consigli di Barbara

Se avanzano sono ottime anche il giorno dopo. Conservarle in frigorifero, ben coperte, e scaldarle brevemente nel forno prima di gustarle.

