



Frietjes van pastinaak

2 PERSONEN - bijgerecht

⌚ 30 minuten

DIT HEB JE NODIG:

- 🍷 150 g pastinaak
- 🍷 1½ el olijfolie
- 🍷 ½ tl paprikapoeder
- 🍷 ¼ tl cayennepeper
- 🍷 zout en peper naar smaak

MATERIAAL: dunschiller, bakplaat met bakpapier

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de oven voor op 200°C.
2. Pak vervolgens een grote kom en schil hierboven de pastinaak schoon met een dunschiller. Gooi de schillen weg en snijd de pastinaak dan op een grote snijplank in de vorm van kleine frietjes.
3. Verdeel de frietjes over een bakplaat bekleed met bakpapier.
4. Besprenkel die frietjes met olijfolie en kruid met paprikapoeder, cayennepeper, zout en peper.
5. Let goed op met de cayennepeper want de frietjes worden al snel te pittig.
6. Bak de frietjes 25-30 minuten in de voorverwarmde oven.

BRON: lowcarbchef.nl

