**Chipsy z batatów**

**z guacamole**

**Składniki na 4 porcje:**

400 g batatów

Olej do smażenia

2 chilijskie awokado Hass

Sok z połowy limonki

2 ząbki czosnku

1 mała papryczka chili

Sól

Ręcznik papierowy

**1.** Bataty obrać, umyć i pokroić w bardzo cienkie plasterki. W garnku lub frytkownicy rozgrzać olej do temperatury 175°C, smażyć bataty porcjami i odsączać na papierowym ręczniku.

**2.** Przygotować guacamole: przekroić awokado na pół i usunąć pestkę. Następnie łyżką wyjąć miąższ awokado. Dodać sok z limonki i rozgnieść awokado widelcem do uzyskania gładkiej masy. Czosnek obrać i przecisnąć przez wyciskarkę. Dodać do masy. Rozkroić chili i usunąć pestki. Drobno posiekać i dodać do masy z awokado. Dokładnie wymieszać, doprawić solą.

**Czas przygotowania:** ok. 1 godziny

**Wartość odżywcza na porcję:**

Wartość energetyczna: 522 kcal / 2190 kJ

Tłuszcze: 45,3 g

Węglowodany: 25,3 g

Białko: 3,9 g