

## Batata Delgada

### Ingredientes:

aerosol de canola para cocinar  
14 oz de batatas (peladas y en rodajas muy finas)  
½ cucharadita de pimienta molida  
⅛ cucharadita de sal marina (opcional)  
1 diente de ajo picado



### Nutrition Facts

Serving Size 1/2 cup (134g)  
Servings Per Container 3

Amount Per Serving

Calories 100      Calories from Fat 0

% Daily Value\*

Total Fat 0g      0%

Saturated Fat 0g      0%

Trans Fat 0g

Cholesterol 0mg      0%

Sodium 170mg      7%

Total Carbohydrate 24g      8%

Dietary Fiber 4g      16%

Sugars 7g

Protein 2g

Vitamin A 120% • Vitamin C 30%

Calcium 2% • Iron 4%

\*Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs:

|                    |           | Calories: 2,000 | 2,500   |
|--------------------|-----------|-----------------|---------|
| Total Fat          | Less than | 65g             | 80g     |
| Saturated Fat      | Less than | 20g             | 25g     |
| Cholesterol        | Less than | 300mg           | 300mg   |
| Sodium             | Less than | 2,400mg         | 2,400mg |
| Total Carbohydrate |           | 300g            | 375g    |
| Dietary Fiber      |           | 25g             | 30g     |

Calories per gram:

Fat 9 • Carbohydrate 4 • Protein 4

### Direcciones:

Pre caliente el horno a 375 grados. Rocíe una bandeja para hornear galletas con spray de canola. Coloque rodajas de papa finamente cortadas en una sola coloque una capa sobre la bandeja para hornear galletas y rocíe con aceite en aerosol.

Espolvorea con sal, pimienta y ajo picado. Hornee, volteando una vez si es necesario, hasta que las papas estén cocidas. (El tiempo variará según el grosor).