

**Ristede kikerter**

****

Ingredienser:

-Kokte kikerter på boks

-Valgfritt krydder

-Olivenolje

Fremgangsmåte:

* Skyll kikertene godt i en sil
* Legg dem på et rent kjøkkenhåndkle og tørk dem lett
* Ha kikertene i en ildfast form. Ertene må ha såpass plass at de ikke ligger oppå hverandre. Bland inn sa 1 ss olivenolje (Mais, solsikke eller rapsolje fungerer også fint)
* Krydre med det du vil. Tips til krydder kan være:

-paprika krydder

-chilipulver

-litt salt

-oregano

-timian

-basilikum

-Rist ertene i ovnen i ca 30 minutter, på 220 grader. Rør litt i ertene med jevne mellomrom til alle er ristet,

-Avkjøles og nytes. Denne snacksen er holdbar i 4-5 dager om den blir oppbevart tørt