

Grünkohlchips

Dauer: Schnell Kategorie: Vegetarisch Saison: Ganzjährig Für:



Zutaten

.....
Grünkohl
.....

Olivenöl
.....

Salz
.....

Verfasst von: Marion Kindl

Zubereitung

1. Grünkohlblätter mit zwei Fingern vom Stiel abstreifen und in mundgerechte Stücke teilen.
2. Olivenöl mit Salz mischen und die Grünkohlblätter damit leicht benetzen.
3. Auf einem Blech mit Papier großzügig verteilen und im vorgeheizten Backrohr bei circa 130° C 30 min knusprig backen.
4. Zwischendurch immer wieder wenden.

TIPP: Die Chips passen auch perfekt als vitaminreiche Garnierung auf Suppen oder als pffiffiges Obendrüber für Salate.