

GRÜNKOHLCHIPS

AUS DEM OFEN



ZUTATEN

1 Bund Grünkohl

1 – 2 EL Olivenöl

½ TL Salz

Optional: etwas Paprikapulver

Vorspeise für 3-4 Personen

ZUBEREITUNG

Bachofen vorheizen auf 130°C Umluft
(alternativ 150°C Ober-/Unterhitze).

Grünkohl vorbereiten: Dicke Stiele entfernen,
Blätter in mundgerechte Stücke zupfen,
gründlich waschen und gut trocknen (am
besten mit Salatschleuder oder Küchentuch).

Grünkohl in einer Schüssel mit Öl und Salz
(evtl. auch Gewürze) mischen, bis die Blätter
leicht benetzt sind, nicht zu viel Öl, sonst
werden sie weich.

Backen: Auf ein mit Backpapier belegtes
Blech legen (nicht überlappen) und ca. 12-15
Minuten backen, bis die Ränder leicht
gebräunt und knusprig sind.

Kurz abkühlen lassen – beim Abkühlen
werden sie noch knuspriger.

Tscheggs Ernte
Breite 11 6840 Götzis

Telefon +43 664 93069514 info@tscheggs-ernte.at
www.tscheggs-ernte.at