

Low-Carb-Chips: Knusprige Wirsingchips

VORBEREITEN

15
Min.

ZUBEREITEN

180
Min.

NIVEAU



würzen.

Mindestens genauso lecker - Chips aus Roter Bete und Topinambur. [Mehr Gemüsechips findest du hier.](#)

Zutaten für 20 Wirsing-Chips

1 Wirsing
Salz

Besonderes Zubehör
2 Dörrautomat

So hast du Wirsing noch nie gegessen! Die krausen Blätter des milden Kohls kannst du im Backofen ganz einfach zu knusprigen Chips verwandeln. Nicht nur besser, sondern auch noch gesünder als die klassischen Chips aus Kartoffeln.

- 1 -

Strunk vom Wirsing entfernen. Blätter vorsichtig ablösen und waschen. Gründlich trocknen.

- 2 -

Wirsingblätter auf den Dörrebenen des Dörrautomaten verteilen und für ca. 8-10 Stunden bei 60°C dörren.

- 3 -

Abkühlen lassen und von den Dörrebenen lösen. Mit Salz