



## Zum Ausdrucken



### Für die Rezeptsammlung

#### Rote-Bete-Chips

Die Menge reicht als Snack für zwei kleine Portionen. Die Chips sollten nach der Zubereitung direkt verbraucht werden.

#### Zutaten:

2 große oder 3 kleine Rote-Bete-Knollen

1,5 TL Olivenöl

nach Bedarf Fleur de Sel, Kräuter, Gewürze

#### Zubereitung:

Den Backofen auf 150°C Heißluft vorheizen. Die Rote-Bete-Knollen schälen (dabei empfiehlt sich das Tragen von Einmalhandschuhen, da die Knollen stark färben) und entweder mit einem Gemüsehobel in feine Scheiben hobeln oder entsprechend fein mit dem Messer schneiden. Scheiben in eine Schale geben und mit dem Olivenöl gut vermengen, so dass jede Scheibe davon benetzt ist. Anschließend auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben und je nach Stärke der Scheiben für 25-40 Minuten im Ofen backen. Die Chips sind fertig, wenn sie außen etwas austrocknen und sich wellen. Während des Backvorgangs darauf achten, dass die Chips nicht verbrennen. Nach dem Backen aus dem Ofen holen und für ein bis zwei Minuten auskühlen lassen. Die Chips werden erst nach dem Auskühlen knusprig. Sie können nach dem kompletten Auskühlen je nach Bedarf mit Fleur de Sel, Kräutern oder Gewürzen verfeinert werden.

*Guten Appetit! Smacznego! Dobrou chut!*



<https://www.smarticular.net/wp-content/uploads/2017/02/rote-bete-anwendungen-3-590x393.jpg>

(Quelle Rezept: <https://flowersonmyplate.de/rote-bete-chips-rezept/>)