

## Grünkohlchips

**Zutaten** für 4 Personen:

400 g Grünkohlblätter

3 Esslöffel Raps- oder Olivenöl

Salz und Pfeffer

½ Teelöffel Paprika

1 Prise Chiliflocken (fakultativ)

**Dip:**

250g Naturjoghurt

1 Esslöffel Honig

1 Prise Salz

Pfeffer

1 Messerspitze Kurkuma

1 Esslöffel Leinsamenkerne



Foto: Caroline Martin

**Zubereitung:**

Grünkohlblätter waschen und gut trockenschleudern.

Die in der Mitte liegenden dicken Blattrippen herausschneiden und die Blätter in mundgerechte Portionen zupfen.

In einer kleinen Schüssel Raps- oder Olivenöl, Salz, Pfeffer und Paprika sowie Chiliflocken gut durchmischen. Die Blätter mit der Soße gründlich mischen und auf den mit Backpapier ausgelegten Blech verteilen.

Im vorgeheizten Backofen bei 150 °C (Umluft: 130 °C) 25 bis maximal 30 Minuten backen, bis die Blätter knusprig werden.

Für den Dip, alle Zutaten in eine kleine Schüssel geben und gut verrühren.

Die gesünderen, knusprigen und leicht süßlichen Chips mit dem Dip verkosten.

