

# GEMÜSESCHALENCHIPS



Rote Bete Schalen, Karottenschalen,  
Kartoffelschalen und vieles mehr

Meersalz

Rapsöl

Gewürze nach Belieben (z.B. Paprikapulver,  
Chili, Zimt, Pfeffer, Knoblauch, Kräuter, Salz)

## Klimatipp

Viele Lebensmittel lassen sich „Leaf to root“  
verwenden.

Besonders Gemüseschalenchips schmecken  
super lecker und sind eine klimafreundliche  
Alternative zu den herkömmlichen Chips im  
Handel.

Werdet kreativ und probiert mal aus!

Den Ofen auf 180 °C Umluft vorheizen.

Die Schalen zuerst sehr gut waschen und dann  
in einer Schüssel mit ein wenig Öl vermengen.

Das Backblech mit einer abwaschbaren  
Backmatte auslegen und die Schalen einzeln  
darauf verteilen.

Für circa 15-20 Minuten backen. Die Backzeit  
kann je nach Dicke der Schalen variieren.

Zum Abkühlen am besten auf ein Rost legen.

Am Ende mit Salz und den Gewürzen bestreuen.

