



Gesamtzeit: 20 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 2 Personen

Kartoffelschalen Chips

Kartoffelschalen Chips

Nach Belieben Kartoffelschalen

Etwas Liakada Natives Olivenöl extra 0,5 L

Nach Belieben Paprikapulver

Nach Belieben Salz & Pfeffer

Etwas Dip

Kartoffelschalen Chips

1.

Backofen auf 180°C Umluft (oder 200°C Ober-/Unterhitze) vorheizen.

Die übrig gebliebenen Schalen der Kartoffeln gründlich waschen und dann trocken tupfen. In einer Schüssel mit Öl, Paprikapulver, Salz und Pfeffer nach Belieben vermischen.

Die Kartoffelschalen dann auf einem Backblech ausgelegt mit Backpapier verteilen und im Backofen ca. 15 min. knusprig backen.

Achtung: Kartoffelschalen-Chips können geringe Mengen Solanin enthalten, ein natürlich vorkommendes Gift in Kartoffeln. Normalerweise sind diese Mengen unbedenklich für den Verzehr. Um mögliche Risiken zu minimieren: Vermeide grüne Stellen auf den Kartoffelschalen. Verwende unbeschädigte Kartoffelschalen ohne keimende Stellen. Bio-Qualität und Frühkartoffeln können eine gute Wahl sein.