



Gesamtzeit: 45 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 1 Personen

Linsen Chips

Linsen Chips

200 g Al Amier Rote Linsen

500 ml Wasser

1 Esslöffel Liakada Natives Olivenöl extra 0,5 L

1 Teelöffel Paprikapulver (süß oder scharf)

1 Teelöffel Knoblauchpulver

1 Teelöffel Zwiebelpulver

0.5 Teelöffel Salz (oder nach Geschmack)

Linsen Chips

1.

Die roten Linsen gut abspülen. In einem Topf die Linsen mit 500 ml Wasser aufkochen. Die Hitze reduzieren und etwa 10-15 min. köcheln lassen, bis die Linsen weich sind und das Wasser größtenteils aufgenommen wurde.

Die gekochten Linsen mit einem Stabmixer oder in einem Mixer mit Olivenöl, Paprikapulver, Knoblauchpulver, Zwiebelpulver und Salz zu einer glatten Masse pürieren. Falls die Masse zu dick ist, kannst du einen kleinen Schuss Wasser hinzufügen. Du kannst die Gewürze nach Belieben

anpassen.

Den Ofen auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen. Die Linsenmasse dünn (ca. 1-2 mm) auf das Backpapier streichen. Je dünner die Schicht, desto knuspriger werden die Chips.

Das Backblech in den Ofen geben und etwa 15-20 min. backen. Die Masse sollte fest werden, aber nicht verbrennen. Herausnehmen, abkühlen lassen und vorsichtig in Chips schneiden oder brechen.

Falls die Chips noch nicht knusprig genug sind, die Stücke bei 150 °C für weitere 5-10 min. im Ofen trocknen lassen.

Tipp: Die Chips schmecken hervorragend mit einem Joghurt-Dip, Guacamole oder einer scharfen Salsa.