



- Rezept der Woche -

## GRÜNKOHLCHIPS MIT JOGHURT-DIP

### Zutaten für zwei Personen

- 2-3 EL Olivenöl
- Je 2 Prisen Salz und Pfeffer
- 1 Prise Paprika Pulver
- Optional: Chiliflocken

### Für den Dip:

- 60g Joghurt
- 1-2 Knoblauchzehen
- 1 Handvoll Kräuter nach Wahl (z.B. Basilikum oder Petersilie)
- Je 1 Prise Salz und Pfeffer
- 1 TL Zitronensaft

### Zubereitung

- Trenne die Grünkohlblätter vom Strunk und schneide sie in mundgerechte Stücke
- Wasche die Blätter und lasse sie gut trocknen
- Gib sie in eine Schüssel und füge Öl und Gewürze hinzu
- Vermische alles gut miteinander, am besten geht das mit den Händen
- Verteile die Blätter auf ein Backblech und backe sie im Ofen bei 130 Grad Umluft
- Die Garzeit variiert je nach Konsistenz der Chips, Du solltest sie daher gut im Auge behalten und keinesfalls länger als 30 Minuten im Ofen lassen

Während die Chips im Ofen sind, kann der Dip vorbereitet werden

- Den Joghurt in eine Schüssel geben
- Knoblauchzehen mit einer Presse zerdrücken und die Kräuter klein schneiden
- Knoblauch, Kräuter, Salz, Pfeffer und den Zitronensaft mit dem Joghurt vermengen

Die Grünkohl Chips abkühlen lassen und mit dem gekühlten Dip servieren

**Guten Appetit!**