

GRÖNKÅLSCHIPS



Ingredienser:

½ bunt	grönkål, färsk
2 msk	olivolja
1 tsk	havssalt

Så här gör du:

Sätt på ugnen på 175 grader.

Skölj grönkålen och skaka av överflödigt vatten.

Skär bort stammarna och riv kålen i lagom stora bitar.

Häll oljan i en bunke och blanda med saltet. Häll i kålen och rör om ordentligt så att oljan masseras in i kålen.

Lägg grönkålen på en bakplåt med smörpapper. Lägg kålen så att de inte ligger på varandra.

Ställ in plåten i ugnen och låt grilla i ca 7-12 minuter. Håll ögonen på chipsen så att de inte bränns. Kanske behöver du ta ut de mindre chipsen lite tidigare eftersom de blir klara fortare.

NYTTIGARE SNACKS!
INNEHÅLLER MKT
C-VITAMIN!