

Harzer Käse Chips für 4 Portionen

Zubereitungszeit: 20min. (Arbeitszeit: 5min. & Backzeit:15min.)

Man nehme

- 200g Käse
(Harzer mit Edelschimmel)
- Paprikapulver
- Rosmarin
- Thymian
- evtl. Gewürze nach Wahl



Zubereitung

Den Harzer Käse in dünne Scheiben schneiden (ca. 1mm) und auf einem beschichteten oder mit Backpapier ausgelegten Backblech nebeneinanderlegen. Nach eigenem Geschmack mit Paprikapulver, Rosmarin, Thymian oder anderen Gewürzen verfeinern und in den kalten Backofen schieben. Den Backofen nun auf 200C aufheizen und ab Erreichen der Temperatur ca. 10-15 min. weiterbacken, bis der Käse schön gebräunt ist (Achtung, der Käse bläht sich dabei auf, also nicht zu weit nach oben stellen). Abkühlen lassen und zerkleinern.

Tipp

Dazu passt ein Kräuterquark oder der Avocadoaufstrich als Dip (siehe Rezept).

Vorteile

- Harzer Käse liefert viel hochwertiges Eiweiß, wenig Fett, keine Kohlenhydrate und ist eine gute Calciumquelle
- Gewürze können je nach Belieben an den persönlichen Geschmack angepasst werden und bringen Vielfalt in das Rezept