

Rezept

Belegte Süßkartoffel Chips

Ein Rezept von Belegte Süßkartoffel Chips, am 28.06.2026

Zutaten

200 g Süßkartoffeln
Salz

2 EL Olivenöl
Pfeffer

Avocado-Topping

1/2 Avocado
20 g Granatapfelkerne

1 EL Limettensaft

Lachs-Topping

50 g Remoulade
2 Gewürzgurken

2 EL grobkörniger Senf
4 Scheiben Räucherlachs

Frischkäse-Topping

2 Radieschen
50 g Frischkäse

1/2 Bund gemischte Salatkräuter
Brunnenkresse zum Garnieren

Rezeptinfos

Portionsgröße 12 | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 100 kcal, 8 g F, 2 g EW, 5 g KH

Zubereitung

1. Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Süßkartoffeln waschen und mit Schale in ca. 3 mm dünne Scheiben schneiden. Die Scheiben auf ein Backpapier belegtes Blech legen. Mit Öl bepinseln und mit Salz und Pfeffer würzen. Auf der mittleren Schiene für ca. 20 Minuten backen. Dabei hin und wieder wenden. Die Süßkartoffelscheiben nach dem Herausnehmen auskühlen lassen.
2. Für das Avocado-Topping Avocado in Würfel schneiden und anschließend in eine Schüssel geben. Mit Limettensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Einige Süßkartoffel-Chips mit Avocado belegen und mit Granatapfelkernen bestreuen.
3. Für das Lachs-Topping Remoulade mit Senf verrühren und die Gewürzgurken in kleine Würfel schneiden. Süßkartoffel-Chips jeweils mit der Senf-Remoulade, Gewürzgurke und Räucherlachs belegen.
4. Für das Frischkäse-Topping die Radieschen vierteln. Kräuter fein hacken, mit Frischkäse verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Ein paar der Süßkartoffel-Chips mit dem Kräuter-Frischkäse und den Radieschen belegen. Zum Schluss mit Brunnenkresse garnieren.