

Rezept

Wurzelgemüsechips

Ein Rezept von Wurzelgemüsechips, am 28.06.2026

Zutaten

600 g Pastinaken oder Petersilienwurzeln	Salz
1 Bund Thymian	1 EL Sonnenblumen- oder Olivenöl
Pfeffer	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Bleche (ca. 100 g) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min

Zubereitung

1. Die Pastinaken oder Petersilienwurzeln putzen, schälen und in sehr feine Scheiben schneiden oder hobeln. Mit 1 EL Salz in einer Schüssel mischen und ca. 20 Min. Wasser ziehen lassen. Danach in ein Sieb geben und das Salz gut mit kaltem Wasser abbrausen. Thymian waschen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Mit Gemüse und Öl in einer Schüssel mischen, nur leicht salzen und pfeffern.
2. Den Backofen auf 100° (noch besser: 75° Umluft) vorheizen. Die Gemüsechips auf zwei mit Backpapier belegten Blechen so verteilen, dass sie möglichst nicht übereinanderliegen. Die Bleche in den heißen Ofen schieben und einen Holzlöffel zwischen die Ofentür stecken, damit die Feuchtigkeit entweichen kann (bei Umluft nicht nötig). Die Gemüsechips in 4-5 Std. trocknen lassen, dabei ein- bis zweimal wenden und eventuell die Bleche umstellen. Gegen Ende der Dörrzeit darauf achten, dass die Chips nicht zu trocken werden. Sie sollten fest sein und sich höchstens noch ganz leicht biegen lassen. Chips im ausgeschalteten Backofen auskühlen lassen und in luftdichte Dosen oder Tütchen verpacken. Möglichst bald genießen.