

Leseprobe

★ Zubereitung:

1. Alle Zutaten in eine Schüssel geben und zu einem homogenen Teig verkneten.
2. Nach Belieben nachwürzen.
3. Den Teig in jeweils 10 g große Portionen aufteilen und jeweils zu einem runden Teig plattdrücken (ca. 1 bis 2 cm dick).
4. Eine beschichtete Pfanne einfetten und vorheizen.
5. Die Teiglinge bei mittlerer Hitze für ca. 3 bis 5 Minuten von beiden Seiten ausbacken.
6. Die Chips aus der Pfanne nehmen und warm genießen.



💡 Tipp:

- ✓ Als Dip zu den Chips passen neben herzhaften Dips auch süße, wie die Schoko-Creme (S. 76).
- ✓ Wenn du kein neutrales Proteinpulver hast, tausche es gegen Dinkelmehl (Type 630).