

Küchentipp

Rezept von Martin Gehrlein aus der Sendung Kaffee oder Tee vom 27.01.2026

Wirsingchips

Für ca. 4 Personen

Zutaten

8 Wirsingblätter, äußere, feste Blätter, ca.
4 EL Rapsöl, ca.
etwas Salz
etwas Pfeffer
etwas Paprikapulver

Außerdem

Ausstecher, rund, ca. 6-8 cm Durchmesser

Zubereitung:

1. Die Wirsingblätter abbrausen, den Strunk entfernen und beiseitelegen.
2. Wirsingblätter entweder in mundgerechte Stücke schneiden oder mit einem Ausstecher Kreise ausstechen.
3. Öl, Salz, Pfeffer und Paprikapulver in einer Schüssel verrühren.
4. Wirsingblätter in die Marinade geben und alles gut mischen.
5. Blätter oder Kreise auf ein Backblech verteilen. im Backofen bei 200 Grad Ober- und Unterhitze etwa 12-15 Minuten backen. Alternativ in der Heißluftfritteuse oder im Airfryer etwa 5-7 Minuten knusprig backen.
6. Chips aus dem Ofen oder Airfryer nehmen, etwas abkühlen lassen bzw. auf Küchenpapier abtropfen lassen und genießen.

Das Video zum Rezept finden Sie hier:

<https://www.swr.de/video/sendungen-a-z/kaffee-oder-tee/kuechentipps-zum-wirsing-wirsingchips-geduensteter-wirsingstrunk-mit-karotten-wirsingsalat-mit-apfel-100.html>

Bitte beachten Sie, dass unsere Videos eine Sichtbarkeit von 2 Jahren haben und nach Ablauf der Frist nicht mehr zu finden sind.