



DE-ÖKO-064  
EU-/Nicht-EU-  
Landwirtschaft



LEICHT

## Bio-Rezept für Rote-Beete-Chips

Backofen auf 120 °C Heißluft vorheizen.

Die Rote Beete waschen (Hinweis: Das Gemüse färbt alles leicht ein), mit einem Gemüsehobel in feine Scheiben hobeln oder entsprechend fein mit dem Messer schneiden. Die Scheiben in eine Schale geben und mit dem Olivenöl, Meersalz sowie **Bio-Jamaikanisches Jerk** gut vermengen.

Für 120 Minuten backen, anschließend den Backofen auf 90 °C einstellen und weitere ca. 40–60 Minuten backen, bis sie außen etwas austrocknen und sich wellen. Zwischendurch immer wieder mal in den Ofen schauen.

Sie werden erst mit dem Auskühlen knusprig, daher einige Minuten abkühlen lassen. Sind noch nicht knusprig, einfach noch etwas weiter backen.

Zutaten für  
4 Personen:

2 rohe Rote Beeten  
Meersalz  
Olivenöl



ca. 1 TL **Bio-Jamaikani-  
sches Jerk**

Diese leckeren Gemü-  
sechips passen auch  
sehr gut zu einem Salat  
oder zu deinem Dip.

Guten Appetit!



**scheid** **Bio**  
gewürzkontor



/scheidgewuerzkontor



/scheidgewuerze

scheid-gewürzkontor gmbh · Clasenweg 6–9 · D-66802 Überherrn  
Telefon (06836) 922 99 0 · [www.scheid-gewuerzkontor.de](http://www.scheid-gewuerzkontor.de)