

Rugbrødschips

Jeg har sådan et anstrengt forhold til at smide mad ud. Derfor laver jeg ofte rugbrødschips, hvis vi har noget kedeligt og lidt gammelt rugbrød. Med en tur i ovnen, så har jeg forlænget holdbarheden på rugbrødet, og det smager lækkert igen.

Du kan lave hele skiver rugbrød og bruge det som "knækbrød", eller du kan skære brødet i mindre skiver og bruge det som en snack.



Opskrift:

Skær rugbrødet i tynde skiver

Pensel med olivenolie på begge sider

Drys med chipotle salt eller en anden god salt.

Bages i varmluft v/180 grader
I 2x5 min.
Vendes halvvejs for ekstra sprødhed.

Disse rugbrød var på forhånd
skiveskåret og dermed tykkere. De
fik 2x8 min



Du kan lave et hav af smagsvariationer på disse "chips". Du kan bruge almindelig salt og alle former for blandingsalt som f.eks. chipotle salt, chili salt mm. Du kan også hakke krydderurter som eks. rosmarin og blande det i olien, som du smører på brødet.

Rugbrødschipsene er ekstra lækre, hvis du dypper dem i avocado-creme (se opskrift under snacks og desserter).



Ann Hagen Jakobsen
Kost- og livsstilsændringer