

Tortilla Chips aus Wraps selber machen



Zutaten

1 bis 3 (vegane) Wraps, z.B. Vollkorn- oder Weizen-Wraps bzw. Weizen-Mais-Tortilla

Hilfsmittel:

Abkürzungen: g = Gramm | KH = Kohlenhydrate | F = Fett | E = Eiweiß | kcal = Kalorien

Zubereitung



1. Ofen vorheizen: Den Backofen auf etwa 180° C Umluft vorheizen.

- Backpapier oder Backmatte
- Backblech
- Backofen
- Küchenmesser
- nach Bedarf: Ausstechförmchen, z.B. Halloween-Ausstechformen

Nährwertangaben pro 100 g: 310 kcal | 54 g KH | 9 g E | 5 g F

2. Figuren ausstechen: Mithilfe der Ausstechformen Halloween-Figuren oder ähnliches aus den einzelnen Wraps ausstechen. Alternativ kannst du auch Formen (z.B. Dreiecke) mit einem Messer ausschneiden. Die Wrap-Figuren auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen.

3. Tortilla Chips backen: Dafür das belegte Backblech auf mittlere Schiene in den Ofen schieben und die Chips für etwa 6 bis 8 Minuten backen. Unbedingt darauf achten, dass die Chips nicht zu dunkel werden. Das hängt auch immer mit dem Backofen zusammen. Wir backen unsere Tortilla Chips für genau 7 Minuten.

Im Anschluss die Chips aus dem Ofen nehmen und auf dem Backblech abkühlen lassen.

Haltbarkeit & Lagerung: Die selbstgemachten Chips bleiben in einer verschließbaren Box etwa 2 bis 4 Tage knusprig.