

Chips de col rizada

4 porciones

1 paquete de col rizada

1 a 2 cucharaditas de aceite de oliva

Lave y seque las hojas de col rizada. Retire el tallo de la col rizada y corte las hojas en trozos del tamaño de un bocado. Precaliente el horno a 275°. Forre 2 bandejas grandes para hornear con papel encerado. Rocíe ligeramente cada pieza con un poco de aceite de oliva, utilizando una brocha de pastelería o un rociador de aceite fino. Coloque la col rizada preparada en una sola capa. Coloque las especias en un colador de malla fina y espolvoréelas sobre la col rizada ligeramente aceitada. Hornee durante 20 minutos hasta que esté crujiente. Deje enfriar completamente antes de guardar en un recipiente hermético. Si la col rizada se ablanda, refrésquela en el horno a 275° hasta que vuelva a estar crujiente.

Mezclas de condimentos para las chips de col rizada:

- ½ cucharadita de chile en polvo y ¼ de cucharadita de sal de mar
- ¼ de cucharadita de ajo granulado, ¼ de cucharadita de sal de mar y ¼ de cucharadita de pimienta negra
- ¼ de cucharadita de cúrcuma en polvo, ¼ de cucharadita de jengibre en polvo, ¼ de cucharadita de canela molida, ¼ de cucharadita de sal marina y ¼ de cucharadita de pimienta negra

Consejo:

La col rizada varía dependiendo de las condiciones de cultivo y puede hornearse más rápido, así que empiece a revisarla a los 10 minutos.

