



Gemüse aus dem Meer und mehr.

CRISPY SEAWEED

CRISPY SEAWEED

ZUBEREITUNG

1. Meeresalgen kurz mit kaltem Wasser spülen, gut trocknen.
2. Die Algen in Stücke schneiden, in einer Schüssel mit Öl, Sesam und wenig Salz gut vermischen.
3. Backofen auf 150 Grad (Umluft) vorheizen und die Algen ca. 15 Min im heissen Ofen trocknen, bis sie knusprig sind. Den Ofen zwischendurch immer wieder öffnen, um die Feuchtigkeit entweichen zu lassen. Ofen ausschalten und die Algen im leicht geöffneten Ofen knusprig trocknen lassen.

TIPP Crispy Dillisk passt gut als Apéro-Snack zu einem kühlen Bier oder einem Glas trockenem Weisswein.

Die knusprigen Algen können auch für den kleinen Hunger zwischendurch eingepackt werden!

Zum Dippen: Sauerrahm mit wenig Algenflocken nach Wahl, Knoblauch, Kräuter, etc.



ZUTATEN

für 2 Personen

- | | |
|------------|--|
| ca 10 g | Dillisk
(oder Sea Lettuce,
Atlantic Nori, Sea Salad) |
| 1 EL | Oliven-, Raps- oder
Kokosöl |
| 1 EL | Sesam |
| evtl. 1 TL | Meersalz |