Chips de chou frisé (ou chou de Milan)

Temps de préparation
< 30 min

Difficulté
Facile

Ingrédients

chou frisé (ou chou de Milan, quelques grandes feuilles)
2 cuillères à soupe d'huile d'olive
sel de mer

Méthode de préparation

1. **Rincez soigneusement le chou frisé et épongez-le bien. Coupez-le en petits morceaux. Enlevez les veines épaisses. Répartissez le chou sur une grande plaque et arrosez d'huile d'olive. Mélangez bien.**
2. **Faites ensuite cuire pendant 12 minutes dans un four préchauffé à 160 °C. Vérifiez de temps en temps : le chou doit être croustillant, mais pas brûlé.**
3. **Saupoudrez immédiatement d’un peu de sel de mer et laissez refroidir.**