

Apfelchips

Getrocknete Äpfel sind nicht nur ein gesunder Snack, sondern auch perfekt als Dessert- und Müslikomponenten. Ich trockne sie am liebsten im Dörrautomaten, sie können aber auch bei leicht geöffneter Ofentür im Backofen zubereitet werden.



Apfelchips | Foto: Linda Katharina Klein

Zutaten (2 Portionen a 50 Gramm): 800 Gramm Äpfel



Apfelchips | Foto: Linda Katharina Klein

Zubereitung (circa 24 Stunden): 1. Äpfel entkernen und in drei Millimeter dicke Scheiben oder Spalten schneiden. 2. Äpfel bei 70° Grad für Stunden im Dörrautomat trocknen. Alternativ können die Äpfel auch im Backofen getrocknet werden. Hierbei sollten die Äpfel ggf. in Etappen getrocknet werden, um sicherzustellen, dass der Backofen nicht unbeobachtet ist.

Jetzt noch mehr [Rezepte mit Äpfeln](#) entdecken!

Nährwerte/Portion: 208 Kalorien | 0,8 Gramm Fett | 56 Gramm Kohlenhydrate | 1,2 Gramm Eiweiß