Selbstgemachte Apfelringe

Eine leckere und gesunde Alternative zur Schokolade

Material

2 Äpfel
Apfelausstecher
Messer
Zitrone
Pinsel

SCHWIERIGKEITSSTUFE

Leicht

Und so geht's

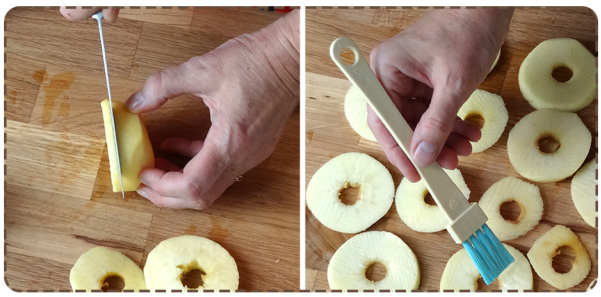
Schält die Äpfel mit einem Sparschäler und stecht das Kernhaus aus. Schneidet die Äpfel in dünne Scheiben.

Damit sie nicht braun werden, pinselt sie mit Zitronensaft ein.
Ihr könnt auch ein wenig Zucker darüber streuen, falls es euch so zu sauer wird, aber ohne ist es natürlich gesünder.

Legt die Apfelscheiben auf ein Backrost mit Backpapier und trocknet sie bei 80 Grad ein bis zwei Stunden im Ofen. Sind die Scheiben dann noch nicht ganz getrocknet, könnt ihr sie für ein paar Tage auf einem Löffelstil ruhen lassen.

Sie schmecken auch sehr gut, wenn sie noch ein wenig Feuchtigkeit besitzen, aber zum längeren Aufbewahren müssen sie gut getrocknet sein.

Tipp: Tipp: In der Winterzeit könnt ihr ein wenig Zimt auf die Apfelringe streuen.



Verwendung der Monika Häuschen-Illustrationen mit freundlicher Genehmigung von Universal Music Family Entertainment, a division of Universal Music GmbH, Berlin.