



 30 Min + 3 Std



Apfel-, Kürbischips

Zutaten:

- 6 Äpfel (z.B. Elstar, Jonagold) oder 1 Hokkaido Kürbis
- 1 TL Zimt

Dauer:

Vorbereitung 30 Minuten, Trockenzeit: bis zu 3 Stunden

Zubereitung:

- Äpfel waschen und trocknen, mit einem Apfelernter Strunk und Kerne entfernen. Backofen auf 70 Grad Umluft vorheizen. Drei Bleche oder Roste mit Backpapier belegen.
Unser Tipp: Statt Vorheizen: Restwärme nutzen
- Am besten mit dem Trocknen der Äpfel beginnen, nach dem sowieso gerade etwas gebacken wurde. So kann etwas Energie gespart werden, da das Trocknen sehr energieintensiv ist.
- Die Äpfel in ca. 2 mm dünne Scheiben hobeln. Apfelscheiben einzeln auf die Backbleche bzw. Backroste legen. Die Apfelscheiben für 3 Stunden im heißen Ofen trocknen lassen.
- Die Apfelscheiben nach dem Auskühlen mit etwas Zimt bestreuen und luftdicht verpacken. Eignet sich zum Mitnehmen und als Snack für Zwischendurch.

Variation:

Mit Kürbis genauso verfahren. Am besten den Kürbis schälen vorher, aushöhlen und in feine Scheiben schneiden. Es können auch andere Gemüse- und Obstsorten getrocknet werden wie Rote Beete, Birnen, Bananen, Zwetschken.

