Chips di mele, uno snak sano e leggero

Le chips che buone… e se fossero anche salutari e leggere? **Deciso, oggi prepariamo le Chips di mele**!

Ho voglia di giocare un po'! Più volte mi è capitato di comprare al supermercato le chips di mele in busta, si tipo patatine ma dolci. E' un ottimo snack sicuramente molto più leggero e salutare rispetto alle classiche patatine che oltre ad essere fritte sono piene di sale, queste invece sono semplici fettine di mele disidratate. Sono facilissime da preparare e anche divertenti ed insolite da servire, potrebbero essere abbinate a delle fette di prosciutto crudo in un antipasto o anche consumate da sole in aperitivo, da provare! Intanto vi racconto come le ho preparate…

Ingredienti:

- 2 mele golden
- cannella opzionale
- zucchero di canna opzionale

Procedimento:

Ricetta semplicissima e volocissima, ho lavato per bene le 2 mele, le ho asciugate e con una mandolina le ho tagliate a fettine molto fini.

Finito… ora devo cuocere! Ci sono 2 metodi per disidratare le fettine di mela, ovviamente se non si dispone dell'essiccatore.

Il primo metodo, quello più comune, è disporre le fettine su una leccarda ricoperta da carta da forno e cuocere per 5-6 ore a 80° girando le fettine di tanto in tanto.

Il secondo metodo, mooooolto più veloce, è quello di cuocere le fettine al microonde disposte sul suo piatto, per 7 minuti a 800°, facendo però attenzione a non far diventare le fettine nere. Fatto!

Se le fettine dovessero risultare ancora morbide è solo per effetto del calore, una volta raffreddate dovrebbero diventare croccanti.

Io ho lasciato le fettine di mela al naturale, sono già dolci così, ma chi volesse renderle ancora più gustose e golose, prima di passarle in forno le può spolverizzare con dello zucchero di canna.

Servo le mie fettine su un piatto con un pizzico di cannella… che buone!!!

NextGEN Gallery
Click to edit