

Apfelringe selbst gemacht

Apfelkompott war gestern --- Trockenfrüchte sind heute!

Trockenfrüchte wie getrocknete Apfelringe sind einfach herzustellen und können leicht zur Jause genossen werden. So können Äpfel das ganze Jahr über gegessen werden. Trocknen, das Entziehen von Feuchtigkeit, ist zwar eine der ältesten Methoden zur Haltbarmachung von Lebensmitteln, liegt aber dennoch voll im Trend!



Um Äpfel zu trocknen, braucht es nicht viel. Nur wenige Tricks sind zu beachten:

- Die gewaschen Äpfel am besten mit der Schale in gleichmäßige Scheiben schneiden.
- Die Scheiben sollten etwa 0,5 – 1 cm dick sein. Wichtig ist hierbei, dass sie möglichst gleichmäßig dick sind, damit die Trocknungszeit ähnlich lange ist.
- Die Schale sollte nicht entfernt werden, da direkt unter der Schale die meisten Vitamine und Nährstoffe enthalten sind.
- Die Apfelringe auf ein mit Backpapier belegtes Blech oder Ofengitter legen. Die Apfelringe sollten schön nebeneinander gelegt werden, nicht übereinander.
- Die Trocknungsdauer ist unterschiedlich lange und ist abhängig von der Apfelsorte, der Dicke der Scheiben, dem Reifegrad und Wassergehalt der Äpfel usw.
- Am besten eignet sich ein Dörrapparat oder ganz einfach auch ein Heißlufttherd. Im Heißlufttherd können mehrere Bleche gleichzeitig getrocknet werden. Als Richtwert gilt: etwa 50°C Umluft für ca. 6 Stunden.
- Damit die Feuchtigkeit aus dem Ofen entweichen kann, empfiehlt es sich, einen Holzkochlöffel in die Ofentür zu klemmen, damit die Tür einen Spalt geöffnet bleibt.
- Die Apfelringe sind dann fertig getrocknet, wenn sie am Schluss noch etwas elastisch sind, aber sich nicht matschig weich anfühlen, wenn man mit dem Finger darauf drückt.
- Die Apfelringe abkühlen lassen. Danach kühl, trocken und lichtgeschützt lagern.
- Zur längeren Aufbewahrung empfehlen sich Papier- oder Baumwollsackerl.
- Die getrockneten Apfelringe können den Kindern zur Jause mitgegeben werden, in ein Müsli gerührt werden oder einfach so zum Zwischendurch-Knabbern! Sie sind auch ein tolles Präsent! ☺

