


Сушеные фрукты

Натуральный перекус без сахара и добавок. Сладкие бананы, апельсины, персики, сливы и киви превращаются в лёгкие и полезные чипсы

 4-6 часов

Ингредиенты

Киви — 2 шт

Банан — 1 шт

Киви — 2 шт

Апельсин — 1 шт

Персик — 1 шт

Слива — 3 шт

Лимонный сок (по желанию) — 2 ст.л.

Приготовление

1. Фрукты тщательно вымойте и обсушите.
2. Нарезьте тонкими кружочками или дольками толщиной 3–5 мм. Сливы, персики и апельсин можно сушить с кожурой.
3. При желании сбрызните ломтики лимонным соком, чтобы сохранить цвет.
4. Разложите фрукты в один слой на решётке аэрогриля.
5. Готовьте 4–6 часов при 60°C на программе «Фрукты». Каждые 1–2 часа переворачивайте ломтики для равномерной сушки.
6. Готовые чипсы должны быть сухими, но не ломкими — слегка гнущимися. Остудите и храните в герметичной банке или бумажном пакете.