

# Chips di mele, uno snack 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 abbinare 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

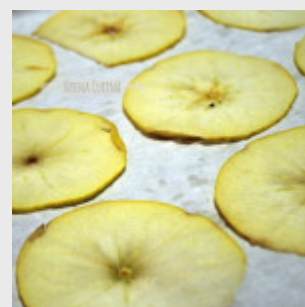
## Procedimento:



Ricetta semplicissima e velocissima, 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, mooolto 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!!! ☐



---

## Rose di sfoglia con mela e cannella e pera e cioccolato



Rose di sfoglia con mela o pera e cioccolato, dolcetto veloce e carino... ho visto girare su internet milioni di volte queste roselline e non posso non provarle!

Che poi i dolci con le mele sono anche i miei preferiti! Sbirciando qua e la le varie ricette, ho provato una classica mela e cannella e poi però, con pere e cioccolato ho azzardato uno dei miei soliti esperimenti e devo dire che sono venute entrambe molto buone.

Si, Si... non male!

Ve le racconto...

## Ingredienti:

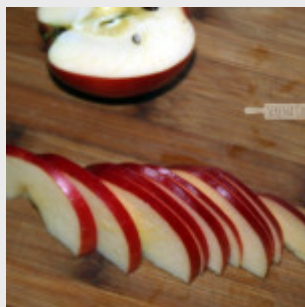
### Per le rose con le mele:

- 2 rotoli di Pasta sfoglia
- 2 Mele
- Zucchero a velo q.b.
- Zucchero di canna 100 gr
- Cannella
- Acqua 600 ml
- Limoni 1
- Uova 1 per spennellare

### Per le rose con pere e cioccolato:

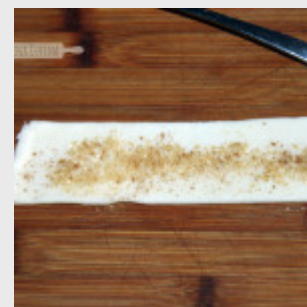
- 2 rotoli di Pasta sfoglia
- 2 Pere
- Zucchero a velo q.b.
- Gocce di cioccolato
- Cacao in polvere
- Uova 1 per spennellare

## Procedimento:



La prima cosa da fare per preparare le mie Rose di sfoglia con mela o pera e cioccolato è pulire la frutta, quindi mi armo di coltello e buona volontà e dopo aver ben lavato mele e pere, levo il torsolo e le taglio a fettine molto fini.

Metto le fettine di mela in una ciotola con acqua e limone e faccio cuocere al microonde per 3 minuti, in modo che le fettine si ammorbidiscano.



Faccio lo stesso con le pere ma senza limone. Scolo bene le fettine e le

metto da parte.



Secondo passaggio prendo la pasta sfoglia, la stendo e la taglio a striscioline larghe circa 5 cm.

Ora inizio a montare le rose: per quelle con le mele stendo al centro della striscia zucchero di canna e cannella e poi partendo dal centro della striscia inizio a posizionare le fettine lasciando metà fettina fuori e comunque lasciando sulla base abbastanza pasta da poter piegare sulle mele, chiudo ed inizio ad arrotolare la striscia su stessa.



Ripongo la rosellina in un pirottino e poi su una teglia da forno.



Per le rose con pera e cioccolato il procedimento è lo stesso, solo che nel centro della pasta, alla base della frutta invece di mettere zucchero e cannella stendo le gocce di cioccolato, procedo poi con le pere e arrotolo, pirottino e poi sulla teglia.

Procedo così fino a terminare gli ingredienti.



Rimane solo da cuocere, infilo la teglia in forno preriscaldato a 180° per 45-50 min.

Servo spolverando le roselline con dello zucchero a velo e su quelle con le pere anche un po' di cacao.

Carine, semplici e veloci ma soprattutto Buonissime!!

