

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

Chips di mela

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [2 persone](#) DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#) PREPARAZIONE: [10 min](#) COTTURA: [10 min](#) COSTO:
[molto basso](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)



Le **chips di mela** in [friggitrice ad aria](#) sono una ricetta furbissima per preparare uno snack sano e **delizioso** in pochissimi minuti. È un modo fantastico per gustare le mele, un frutto incredibilmente versatile che è protagonista di tantissimi dolci della tradizione. Pensa alla bontà di un classico [Strudel di mele](#), di soffici [Muffin alle mele](#), o di una morbida [Torta di mele e ricotta](#). Con questo frutto si possono preparare anche dei golosi [Biscotti ripieni di mele](#) o delle classiche [Frittelle di mele](#). La friggitrice ad aria, poi, è un'alleata perfetta per i **dolci con le mele**: oltre a queste chips, puoi provare le velocissime [Sfogliatine di mele in friggitrice ad aria](#), una golosa [Torta di mele in friggitrice ad aria](#) o le semplici e

salutari [Mele cotte in friggitrice ad aria](#). E per un'idea ancora più sfiziosa, ci sono le [Frittelle di mele in friggitrice ad aria](#), leggere e buonissime.

INGREDIENTI PER LE CHIPS DI MELA

MELA ROSSA 1

ZUCCHERO Bianco o di canna - 1 cucchiaino da tavola

SUCCO DI LIMONE

CANNELLA facoltativo ma consigliato! -

PREPARAZIONE

- 1** **Prepara le mele.** Lava molto bene la mela e, con un levatorisoli, elimina il torsolo centrale. Il trucco per chips super croccanti è affettarle sottilissime! L'ideale è usare una mandolina per ottenere fette di 1-2 mm di spessore. Se non ce l'hai, usa un coltello ben affilato e cerca di farle più sottili che puoi.





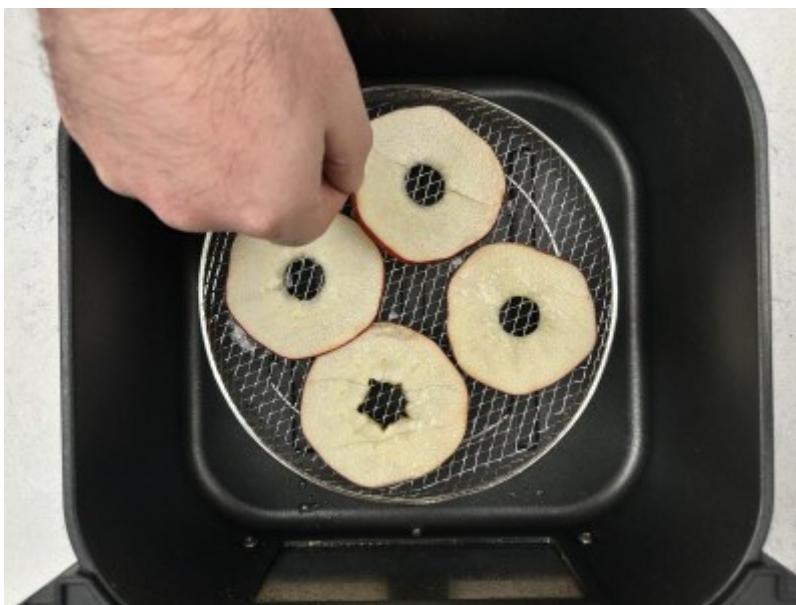
- 2 Metti le fettine in una ciotola e irrorale subito con il succo di limone per non farle annerire. Aggiungi lo zucchero e, se ti piace, un pizzico di cannella. Mescola delicatamente con le mani per distribuire bene il condimento.





3 **Cuoci in friggitrice ad aria.** Disponi le fettine di mela nel cestello della friggitrice, cercando di creare un unico strato e di non sovrapporle troppo (cuocile in più mandate se necessario).





- 4** **Cuoci a 160°C per 8 minuti.** Poi, apri il cestello, gira le chips, alza la temperatura a 180°C e continua la cottura per altri 2-3 minuti, controllando spesso, finché non saranno dorate e croccanti.





IDEE ALTERNATIVE

Alternativa light: Questa ricetta è già molto leggera! Per una versione completamente senza zuccheri aggiunti, ti basterà omettere il cucchiaino di zucchero. Scegli una mela dolce e succosa e non ne sentirai la mancanza.

Alternativa vegana: La ricetta, così com'è, è naturalmente vegana, preparata solo con frutta, zucchero e limone.

L'idea sfiziosa in più: Aggiungi un pizzico di cannella o di zenzero in polvere insieme allo zucchero prima di cuocere le chips. Otterrai uno snack profumato e dal sapore più speziato. Puoi anche provarle in versione salata, con un pizzico di sale e paprika!

L'idea per i bambini: Presentale in un cono di carta come se fossero delle vere patatine. Sarà un modo divertente per proporre la frutta come merenda. Sono ottime anche da intingere in una ciotolina di yogurt bianco o di burro d'arachidi.

TRUCCHI, CONSIGLI E RIDUZIONE DELLO SPRECO ALIMENTARE

Il trucco in più: Il segreto per delle chips croccanti è tagliarle a fette molto sottili e uniformi. Se hai una mandolina, usala: ti aiuterà a ottenere uno spessore perfetto.

Consiglio per la cottura: Non sovrapporre le fette di mela nel cestello della friggitrice ad aria. Disponile in un unico strato per permettere all'aria di circolare e di renderle croccanti su tutti i lati. Potrebbe essere necessario cuocerle in più mandate.

Zero sprechi: La buccia della mela è ricca di fibre e vitamine. Per questa ricetta non è necessario toglierla, anzi, aiuta a mantenere la forma in cottura e aggiunge colore.

COME SI CONSERVANO LE CHIPS DI MELA

Le chips di mela vanno consumate subito, appena tiepide. Essendo a base di frutta fresca, tendono a riassorbire l'umidità e a diventare morbide molto in fretta.