

オーブンで作るりんごチップス

材料（1人分）

- ・りんご …薄切り6切れ(1/16個分)
- ・人工甘味料…お好みの量



人工甘味料なしでも
甘みがあるので
お好みで調整を♪



1人分

エネルギー 12kcal

作り方

- ① りんごを皮つきのまま5mm位の薄切りにし、キッチンペーパーで水気をとる。
- ② オーブンシートを敷いた天板に①を並べ、人工甘味料をふりかけ、オーブンに入れる。
- ③ 予熱せず100度で1時間加熱し、乾燥させる。
- ④ りんごを裏返し人工甘味料をふりかけ、さらに30分加熱し乾燥させる。水気が多い場合、パリパリになるまで追加で加熱する。