

## Gedörrte Apfelscheiben

Das Trocknen ist die einfachste und wohl älteste Art, Kräuter, Früchte, Fleisch oder Fisch länger aufzubewahren. Auch im Mittelalter wurden auf dem Lande Früchte in der Sonne bzw. durch die warme Luft getrocknet. Dafür wurden Apfel- oder Birnenringe z. B. auf lange Schnüre gefädelt und dann auf dem Dachboden oder in anderen warmen Räumen aufgehängt. Bis die Obstringe trocken waren, vergingen viele Tage. Luftgetrocknete Lebensmittel waren eine wertvolle Ergänzung für die Ernährung während der kalten Jahreszeit.

### Apfelringe kannst du ganz einfach selbst dörren.

Wie wäre es, wenn du die Äpfel dazu nicht einfach im Laden kaufst, sondern bei einem Obstbauern oder Bekannten mit Apfelbäumen fragst, ob du ein paar frische Äpfel bei ihm lesen darfst. Das wäre doch auch eine tolle Aktion für deine ganze Klasse!

Du brauchst:

geeignete Äpfel (möglichst runde Form und keine faule Stellen), Zimt, Apfelstecher, Schälmesser, Schneidbrett, Schale mit Zitronenwasser, verschliessbare Dosen

- *Wasche die Äpfel und trenne das Gehäuse mit einem Apfelstecher heraus.*
- *Wenn du möchtest kannst du die Äpfel dann schälen, das muss aber nicht sein.*
- *Schneide die Äpfel je nach Geschmack in fingerdicke (ca. 1 cm) oder dünne (ca. 4-5 mm) Scheiben.*
- *Damit die Äpfel nicht braun werden, tauchst du sie anschliessend kurz in Zitronenwasser ein.*
- *Du magst Zimt? Prima, bestreue die Apfelringe vor dem Trocknen mit etwas Zimt, so erhalten sie einen ganz besonders feinen Geschmack.*

Zum Trocknen der Apfelringe hast du verschiedene Möglichkeiten:

Du kannst sie entweder auf eine Schnur aufziehen und danach während einiger Tage an einem warmen, dunklen Ort aufgehängt trocknen lassen.

Dauert dir das zu lange, dann legst du die Ringe auf ein mit Backpapier belegtes Gitter oder Backblech. Im Backofen lässt du sie bei 60-70 Grad und je nach Dicke der Scheiben während 40 bis 60 min trocknen.

Lasse dabei die Backofentür einen Spalt offen, damit die Feuchtigkeit entweichen kann.

Wende die Ringe alle 15 min, so trocknen sie auf beiden Seiten gleichmässig.

Die getrockneten Apfelringe kannst du in geschlossenen Dosen und an einem trocknen und kühlen Ort mehrere Wochen aufbewahren oder als gesunden und leckeren Pausensnack mit deinen Mitschülerinnen und Mitschülern teilen und gemeinsam geniessen.



Tipp:

Wenn du mit deiner Klasse eine grössere Menge Obst (Äpfel und Birnen) sammelst, bringt ihr sie in eine Mosterei z.B. in die Mosterei Schellenberg und lasst sie dort zu frischem Süssmost verarbeiten. Das ist interessant zu beobachten!

Wie viele Liter Süssmost können aus eurem Obst gewonnen werden? Schätze!