Caramelos caseros para un Halloween sin exceso de azúcar

Disfruta del "truco o trato" con esta receta sencilla, saludable y con mucho sabor.

Ingredientes

- 1,5 kg de manzanas
- 1 cucharadita de canela en polvo
- 2 cucharadas grandes de miel natural



Preparación

1. Lava bien las manzanas, quítales el corazón y las semillas y córtalas en trozos.
2. Hornéalas con un poco de canela durante unos 35 minutos, hasta que estén blandas y después déjalas enfriar.
3. Tritura las manzanas junto con la miel hasta conseguir un puré líquido y homogéneo.
4. Forra una bandeja de horno con papel vegetal. Pon unas gotas de aceite sobre el y reparte el puré formando una capa de 1 cm de grosor aproximadamente.
5. Deja que el puré se seque hasta que no se pegue a los dedos.
6. Por último, corta en cubitos y, si quieres darle un aire más divertido, envuélvelos en papeles individuales como los caramelos de toda la vida.













