

Warranty

This product is warranted to the retail customer for 90 days from date of retail purchase, against defects in material and workmanship.

WHAT IS COVERED

- Replacement parts and labour.
- Transportation charges to customer for the repaired product.

WHAT IS NOT COVERED

- Damage caused by abuse, accident, misuse, or neglect.
- Transportation of the unit or component from the customer to Koolatron.

IMPLIED WARRANTIES

Any implied warranties, including the implied warranty of merchantability are also limited to the duration of 90 days from the date of retail purchase.

WARRANTY AND SERVICE PROCEDURE

Keep the original, dated, sales receipt with this manual. If you have a problem with your unit, or require replacement parts, please telephone the following number for assistance:

North America 1-800-265-8456

Koolatron has Master Service Centres at these locations:

U.S.A. - 4330 Commerce Dr., Batavia, NY 14020-4102

Canada - 139 Copernicus Blvd., Brantford, ON N3P1N4

A Koolatron Master Service Centre must perform all warranty work.



Deluxe Food Dehydrator with fan



**TCFD-05
Instruction Manual - Recipes**



www.koolatron.com

©2021 Koolatron, Inc. All rights reserved.

All specifications are subject to change without notice.

H1S007

12/2020 - v6

Please Read These Instructions Carefully Before Use!

TABLE OF CONTENTS

IMPORTANT SAFEGUARDS.....	3
PRINCIPLES OF DEHYDRATION.....	4
PROCEDURE.....	4
PRETREATING.....	5
DRYING.....	6
PACKING AND STORAGE	7
ROTATING THE TRAYS.....	7
REMEMBER.....	7
RECIPES.....	8,9
SACHETS AND POTPOURRIS.....	9
CLEANING AND MAINTENANCE	9
DRYING TABLE FOR FRUITS.....	10,11
DRYING TABLE FOR VEGETABLES	11,12,13
YOUR NOTES.....	14,15
WARRANTY.....	16

IMPORTANT SAFEGUARDS

With proper care, your Total Chef Food Dehydrator is designed to provide years of use. Be sure to follow these basic precautions when using this electrical appliance.

1. Do not touch heating coil.
2. Do not touch hot surfaces.
3. To protect against electrical hazards do not immerse cord, plugs, or the base assembly in water or other liquid.
4. Close supervision is necessary when any appliance is used by or near children.
5. Unplug from wall outlet when not in use and before cleaning. Allow to cool before putting on or taking off parts.
6. Do not plug in dehydrator while top is inverted (storage position) and do not invert top into bottom for storage until unit has completely cooled down.
7. Do not operate any appliance with a damaged cord or plug or after the appliance malfunctions, or has been damaged in any manner. Return appliance to the nearest authorized service facility for examination, repair or adjustment.
8. The use of accessory attachments not recommended by the appliance manufacturer may cause hazards.
9. Do not plug in outdoors.
10. Do not place on or near a hot gas or electric burner, or in a heated oven.
11. To clean, wipe with a damp cloth or sponge with mild soap.
12. Do not pour liquids in the dehydrator.
13. Do not use appliance for other than intended use.
14. Do not let cord hang over edge of table or counter.

FOR INDOOR USE ONLY
DO NOT PUT IN AUTOMATIC DISHWASHER
HAND WASH ONLY

SAVE THESE INSTRUCTIONS

PRINCIPLES OF DEHYDRATION

There are no absolutes and quite a few variables in food dehydration. The best way to become proficient is to experiment using this booklet as a guideline and then adjusting your drying technique according to your results.

Record keeping is helpful in food dehydration. Records of weight of produce before and after the dehydration, length of time required for drying, etc., can be useful information in attaining a good quality product. Information can be recorded on the labels of the food storage containers.

Tasty ready-to-eat snacks and confections are some of the versatile products you can create by drying fruits and vegetables at home. After soaking in water, the rehydrated foods can be used in favorite recipes for casseroles, soups, stews and salads. Rehydrated fruits and berries can also make excellent compotes or sauces.

Drying is appealing because the procedure is relatively simple and requires little equipment. Only minimal storage space is needed.

Dehydrating is a method of heating the food to evaporate the moisture present, and removing the water vapor formed.

Most food products release moisture rapidly during early stages of drying. This means they can absorb large amounts of heat and give off large quantities of water vapor while remaining at a temperature well below that of the drying air.

PROCEDURE

Fruits and vegetables selected for drying should be the highest quality obtainable - fresh and fully ripened. Wilted or inferior produce will not make a satisfactory dried product. Immature produce lacks flavor and color. Overmature produce may be tough and fibrous or soft and mushy.

Prepare produce immediately after gathering, and begin drying at once. Wash or clean all fresh food thoroughly to remove any dirt or spray. Sort and discard defective food; decay, bruises, or mold on any piece may affect the entire batch.

For greater convenience when you finally use the food, and to speed drying, it is advisable to peel, pit or core some fruits and vegetables. Smaller pieces dry more quickly and uniformly.

PRETREATING

Enzymes in fruit and vegetables are responsible for color and flavor changes during ripening. These changes will continue during drying and storage unless the produce is pretreated to slow down enzyme activity.

Blanching can be used in the pretreatment of vegetables, as it helps set color and hastens drying by relaxing tissues. Blanching may also prevent undesirable changes in flavor during storage, and improve reconstitution during cooking.

Many light-colored fruits (especially apples, apricots, peaches, nectarines, and pears) tend to darken during drying and storage. To prevent this darkening, the fruit may be pretreated by blanching or by a suitable dip, but effectiveness of pretreatment methods varies.

Fruit may be dipped in the following:

- Pineapple or lemon juice as a natural alternative to other pretreatments to reduce browning. Slice fruit directly into juice. Remove promptly (about 2 minutes) and place in trays. Fruits may also be dipped into honey, spices, lime or orange juice, jello powders, or sprinkled with coconut to give them a snappy dried flavor. Use your imagination and make your own flavorful dip.
- Sodium Bisulfite: Ask for food safe, (USP) grade only. Dissolve 1 teaspoon of sodium bisulfite in one quart of water. Prepare small amounts of fruit and dip for 2 minutes in the solution. This helps prevent loss of Vitamin C and maintains a bright color. Sodium bisulfite may be obtained from a local pharmacy.
- A solution of salt.
- A solution of ascorbic acid or citric acid. Commercial antioxidant mixtures containing ascorbic acid may also be used, but often are not as effective as pure ascorbic acid.

Fruits may be steam-blanching. However, blanched fruits may turn soft and become difficult to handle.

Syrup blanching may help retain the color of apples, apricots, figs, nectarines, peaches, pears and plums. A sweetened candied product will result.

Fruits with tough skins (grapes, prunes and small dark plums, cherries, figs, and some berries) may be water-blanching to crack the skins. This will allow moisture inside to surface more readily during drying.

PRETREATING (cont.)

Dried or reconstituted fruits and vegetables can be used in a variety of ways.

Use dried fruit for snacks at home, on the trail, or on the ski slopes. Use pieces in cookies or confections.

Serve reconstituted fruit as compotes or as sauces. It can also be incorporated into favorite recipes for breads, gelatin salads, omelets, pies, stuffing, milkshakes, homemade ice cream and cooked cereals.

Add dried vegetables to soups and stews or vegetable dishes. Use as dry snacks or in chip dip.

Include reconstituted vegetables in favorite recipes for meat pies and other main dishes, as well as gelatin and vegetable salads.

Powdered vegetables in the dried form make a tasty addition to broths, raw soups, and dressings.

For optimum maintenance of nutritional value, we suggest:

- Blanching, the correct length of time.
- Packaging dried foods properly and storing containers in a cool, dry, dark place.
- Checking dried foods periodically during storage to insure that moisture has not been re-absorbed.
- Eating dried foods as soon as possible.
- Using liquid remaining after reconstitution in recipes.

DRYING

Drying time varies according to fruit or vegetable type, size of pieces, and tray load.

Before testing foods for desired dryness, remove a handful and cool for a few minutes. Foods that are warm or hot seem softer, more moist, and more pliable than they will when cooled.

Foods should be dry enough to prevent microbial growth and subsequent spoilage. Dried vegetables should be hard and brittle. Dried fruits should be leathery and pliable. For long term storage, home dried fruits will need to be drier than commercially dried fruits sold in grocery stores.

PACKING AND STORAGE

Fruits cut into a wide range of sizes should be allowed to “sweat” or condition for a week after drying to equalize the moisture among the pieces before placing in long term storage. To condition, place fruit in a non-aluminum, non-plastic container and put in a dry, well-ventilated and protected area.

Dried foods should be thoroughly cooled before packing. Package in small amounts so that food can be used soon after containers have been opened.

Pack foods as tightly as possible without crushing into clean, dry, insect-proof containers. Glass jars or moisture-vapor proof freezer cartons or bags (heavy gauge plastic type) make good containers. Metal cans with fitted lids can be used if the dried food is first placed in a plastic bag.

Your dehydrated food should be checked about once a month. Should you find mold growing on a piece of the dried food, scrape it off and then pasteurize the contents.

To pasteurize the contents, spread food on a cookie sheet and bake in oven for 15 minutes at 175°F. Repack in a clean, air-tight container.

ROTATING THE TRAYS

Your new Food Dehydrator is scientifically designed to rely on natural heat convection to carry away moist air from the food. Trays should be rotated during the processing period to insure even drying. Trays nearest the bottom exposed to the hottest, driest air will dry more rapidly. So simply move them up and move the ones on top to the bottom

REMEMBER

1. The best results are achieved when the quality of the food is high. Be sure to select ripe produce in good condition, as bad food may give an off-flavor to the entire lot.
2. Clean produce is important. Wash thoroughly, remove soft or spoiled areas, slice and pre-treat if necessary. Be certain that your hands, your cutting utensils and your food preparing area are also clean.
3. You can expect a variation in the drying times. Drying times are affected by the size of the load, thickness of the sliced produce, humidity of the air and the moisture content of the food itself.
4. Be sure to let the produce cool before testing for dryness.
5. Trays may be fully loaded, if desired, with pieces barely touching but not overlapping.

REMEMBER (cont.)

6. About six to ten percent of the moisture may remain in your foods without danger of spoilage. Many dried foods will have a leathery consistency, rather like licorice.

7. Rotate trays if you notice uneven drying or a very heavy load. Just move bottom tray up to the middle and the top one down.

8. To remove seeds or pits from prunes, grapes, cherries, etc., dehydrate 50% until the seeds pop out. This prevents juice from dripping out.

RECIPES

MIXED BAG OF FRUIT

2 bananas (peeled), 1/2lb strawberries, 1 cup pineapple chunks (canned)
Slice fruit uniformly, about 1/4 inch thick. Add 1/4 cup of mixed nuts after drying and cooling.

APPLE CINNAMON RINGS

5 lbs apples, 5 teaspoons of cinnamon
Peel and core apples with a cylindrical apple corer. Slice into 1/4 inch rings. Sprinkle with cinnamon prior to drying.

CITRUS THREESOME

3 lbs oranges, 5 lemons, 4 firm grapefruits
Wash fruit. Leaving rind on, slice all fruit uniformly into 1/4 inch thick pieces. Place in dehydrator trays and dry.

TROPICAL PARADISE

10 kiwis, 1 pineapple, 3 papayas
Peel papayas and kiwis. Remove core and skin from pineapple. Slice all fruit uniformly, about 1/4 inch thick. Place in dehydrator trays and dry.

STRAWBERRY TREATS

2 cups fresh strawberries - cleaned
Put into blender along with a small amount of apple juice to help liquify the berries. Line tray(s) with plastic wrap. Pour blended berries onto wrap, evenly spreading with a spatula. Dehydrate for 6 hours - approximately (depending on if you prefer brittle or chewy).

RECIPES (cont.)

JERKY

In a 9x13 baking dish, marinate thinly sliced beef or turkey in 1/4 cup soy sauce, 2 Tbsp. brown sugar, and 2 Tbsp. liquid smoke (optional). Stir well, making sure to coat each piece of meat. Cover with plastic wrap and let stand 10-15 minutes. When marinating is through, line each piece of meat on tray so they are barely touching. The thinner the cut of meat, the shorter the dehydration process. 8-10 hours for 1/16" slices (depending on how chewy you prefer).

SACHETS AND POTPOURRIS

You can save the fragrance of spring and summer and enjoy whatever sweet smelling plants you have in your flower and herb garden with the Food Dehydrator. Select petals from the flower and place them loosely on the mesh tray and place them in your dehydrator. When perfectly dried (about 5 hours) store the petals in decorative containers or sachet bags and close with a ribbon. You can sprinkle the petals with spices like powdered cinnamon, whole cloves, a bit of dried rosemary or mint for variety. It is best to keep the container closed until all of the fragrances have blended.

CLEANING AND MAINTANANCE

- Not dishwasher safe.
- Do not rinse base, to clean wipe base with damp cloth or sponge only.
- Drying trays and top can be hand washed.
- Allow to dry completely before assembly for storage.

WARNING

USE OF EXTENSION CORDS

Because of potential safety hazards under certain conditions, we strongly recommend against the use of an extension cord. However, if you must use an extension cord, it is absolutely necessary that it be a UL-listed (in the United States) or a CSA-listed (in Canada), 3-wire grounding type appliance extension cord having a grounding type plug and outlet and that the electrical rating of the cord be 15 amperes (minimum) and 120 volts.

DRYING TABLE FOR FRUITS

The times are approximate. Your drying times will vary with room temperature, humidity, moisture content of the food and how thin the food is sliced. The presence of natural juices in food will also vary, some fruit sugars tend to be stickier than others.

FRUIT	PREPARATION	DRYNESS TEST	TIME
Apples	Pare, core and cut in slices or rings. Dip in pretreatment for 2 min. Drain and place on tray.	Pliable	4-15 hrs.
Apricots	Dry in halves and turn inside out or cut into quarters. Pretreat to help retain color without penetrating skin of fruit.	Pliable	8-36 hrs.
Bananas	Peel and cut into 1/8" slices.	Crisp	5-24 hrs.
Berries	Strawberries may be sliced in 3/8" slices. Leave other berries whole. Bathe wax-coated berries in boiling water.	No visible moisture	5-24 hrs.
Cherries	Do not stem, until ready to prepare. Pitting is optional, or pit when 50% dry.	Leathery but sticky	6-36 hrs.
Chives	Chop - spread on tray	Brittle	4-10 hrs.
Cranberries	Wash well, chop for flakes or leave whole.	No visible moisture	4-20 hrs.
Grapes (raisins)	Wash, remove stems and leave whole.	Pliable and leathery	6-36 hrs.
Nectarines	No need to peel. Dry with skin down on screen, or cut in 3/8" slices or circles.	Pliable	6-24 hrs.
Orange Rind	Peel in long strips and dry. Do not grate until ready to use.	Brittle	6-15 hrs.
Peaches	Remove peels during dehydration if desired. Pit when 50% dehydrated. Halve or quarter.	Pliable and leathery	5-24 hrs.
Pears	Peel, remove core and woody tissue. Cut into slices or rings, halves, quarters or eighths.	Pliable and leathery	5-24 hrs.
Pineapples (fresh)	Remove core, cut in slices or wedges or chunks.	Pliable	6-36 hrs.

FRUIT	PREPARATION	DRYNESS TEST	TIME
Pineapples (canned)	Drain and pat dry.	Leathery	6-36 hrs.
Plums	Wash, leave whole or cut in half and remove pits or pop them out when half dried.	Pliable	5-24 hrs.
Prunes	Same as plums, but soak in boiling water for 2 minutes first.	Leathery	8-36 hrs.
Rhubarb	Use only tender stalks. Wash, cut in 1" lengths.	No visible moisture	5-24 hrs.

DRYING TABLE FOR VEGETABLES

VEGETABLE	PREPARATION	DRYNESS TEST	TIME
Artichoke hearts	Cut hearts into 1/8" strips. Boil 5-8 minutes in 3/4 cups water containing 1 tablespoon lemon juice.	Brittle	4-12 hrs.
Asparagus	Wash and cut into 1" pieces. Tips yield better product. Stems, crushed after drying make excellent seasoning.	Brittle	4-10 hrs.
Beans (green or wax)	Cut into 1" pieces or cut French style. Steam until translucent. Stir beans on tray after partial drying, moving inside beans outside for more even drying.	Brittle	4-14 hrs.
Beets	Tear off all but 1" of tops and roots. Wash, blanch, cool. Remove tops, skin and roots. Dice or slice.	Brittle, dark red	4-12 hrs.
Brussel Sprouts	Cut sprouts from stalk, cut in half lengthwise through stem.	Brittle	5-15 hrs.
Broccoli	Trim, cut as for serving, wash thoroughly. Steam tender, about 3-5 minutes.	Brittle	5-15 hrs.
Cabbage	Trim, cut into strips 1/8" thick. Cut core into 1/4" thick strips. Use bottom shelf of dehydrator.	Leathery	4-12 hrs.

VEGETABLE	PREPARATION	DRYNESS TEST	TIME
Carrots	Select young tender roots. Steam until tender. Cut into pieces, shreds, cubes, or strips.	Leathery	4-12 hrs.
Cauliflower	Dip cauliflower into 3 table-spoons salt per 2 quarts of water for 2 minutes. Steam until tender.	Leathery	5-15 hrs.
Celery	Separate stalks from leaves. Wash both thoroughly. Cut stalks into 1/4" slices. Leaves dry first, so remove when dry. Flake leaves after drying, for use in soups, stews, etc.	Brittle	4-12 hrs.
Corn	Remove husks, silk and blemishes just before steaming. Blanch on cob until milk is set. Cut from cob and spread over tray. Stir several times for even drying.	Brittle	4-15 hrs.
Cucumber	Pare, slice in 1/8" slices and dry.	Leathery	4-14 hrs.
Eggplant (Summer and Italian Squash, Zucchini)	Trim, wash and slice 1/4" to 1/2" thick, and spread on tray.	Brittle	4-14 hrs.
Onions and Leeks	Remove peels and cut into 1/2" slices, nuggets, or chop. Stir several times during drying.	Leathery	4-10 hrs.
Okra	Use young, tender pods. Wash, trim and slice into 1/4" discs.	Leathery	3-10 hrs.
Parsley	Tear into small pieces, dry, then chop if desired.	Brittle	2-10 hrs.
Parsnips	Same as carrots.	Leathery	4-12 hrs.
Peas	Use only tender, sweet varieties. Shell and blanch gently, 3-5 minutes.	Brittle	4-10 hrs.
Peppers (Green and Pimentos)	Cut in 1/4" strips or rings. Remove seeds, wash and dry. May also be chopped. Chopped, dried pimentos are Paprika.	Brittle	4-10 hrs.

VEGETABLE	PREPARATION	DRYNESS TEST	
Hot peppers	Wash and dry whole. Wear rubber gloves to protect hands when preparing hot peppers.	Leathery	4-12 hrs.
Potatoes	Peeling optional. Slice into 3/16" to 1/4" or dice, grate, cut French Fry style. Steam as for beets.	Pliable	5-12 hrs.
Pumpkin (also Hubbard Squash)	Cut into small pieces. Bake or steam until tender. Cut into strips 1-3" wide, peel and remove pulp. Slice strips 1/2" thick. Scrape pulp, place in blender to puree. Dry with paper towels.	Leathery	5-15 hrs.
Rutabagas	Same as carrots, but slice thin.	Leathery	4-12 hrs.
Tomatoes	Wash, remove stems. Dip in boiling water to loosen skin. Cut in halves, or slices.	Leathery	6-24 hrs.
Turnips	Same as carrots, but slice thin.	Leathery	4-12 hrs.
Zucchini	See Eggplant.		
Garlic	Tear into small pieces, dry, then chop if desired.	Brittle	2-10 hrs.
Greens (Spinach, Kale, Chard, Mustard, Turnip, Beet Greens)	Wash thoroughly, trim tough stems. Steam until wilted but not soggy. Use bottom tray of dehydrator but be careful not to scorch.	Very brittle	4-10 hrs.
Mushrooms	Select mushrooms with cap curling under - these are young and tender. Brush off dirt or wipe with damp cloth. Slice, chop or dry whole, depending on size.	Leathery to brittle, depending on size and age	3-10 hrs.

Garantie

Cet appareil est garanti à l'acheteur au détail pendant 90 jours à compter de sa date d'achat contre tous défauts de pièces et de fabrication.

CE QUE COUVRE LA GARANTIE

- Pièces de rechange et main d'oeuvre.
- Frais d'expédition du produit réparé de Koolatron à l'adresse du client.

CE QUE LA GARANTIE NE COUVRE PAS

- Tous dégâts causés par un abus, un accident, une mauvaise utilisation ou une négligence.
- Frais d'expédition de l'appareil ou de la pièce du client à Koolatron.

GARANTIES IMPLICITES

Toutes garanties implicites, y compris celle de qualité marchande, se limitent également à 90 jours à compter de la date d'achat.

PRISE EN CHARGE DE LA GARANTIE ET PROCÉDURES DE RÉPARATION

Conservez le reçu de caisse daté d'origine avec ce manuel. Si vous avez un problème avec votre appareil ou si vous avez besoin de pièces de rechange, veuillez téléphoner au numéro suivant pour assistance :

Amérique du Nord 1-800-265-8456

Koolatron dispose de centres principaux de réparations à ces adresses :

U.S.A. - 4330 Commerce Dr., Batavia, NY 14020-4102

Canada - 139 Copernicus Blvd., Brantford, ON N3P1N4

Les réparations sous garantie doivent être effectuées par un centre principal de réparations Koolatron.



Déshydrateuse à aliments de lux avec ventilateur



www.koolatron.com

©2021 Koolatron, Inc. Tous droits réservés.

Toutes spécifications sont sujettes à changement sans préavis.

H1S007

12/2020 - v6

TCFD-05
Guide d'utilisation - Recettes

S.V.P., lire attentivement les instructions avant l'utilisation!

TABLE DES MATIÈRES

CONSEILS DE SÉCURITÉ	3
PRINCIPES DE LA DÉSHYDRATATION	4
MARCHE À SUIVRE	4
TRAITEMENT PRÉALABLE	5
DÉSHYDRATATION	6
EMBALLAGE ET STOCKAGE	7
PERMUTATION DES PLATEAUX	7
À NE PAS OUBLIER	7
RECETTES	8,9
SACHETS ODORIFÉRANTS ET POTS-POURRIS	9
NETTOYAGE ET ENTRETIEN	9
TABLEAU DE DÉSHYDRATATION DES FRUITS	10,11
TABLEAU DE DÉSHYDRATATION DES LEGUMES	11,12,13
VOTRE REMARQUES	14,15
GARANTIE	16

CONSEILS DE SÉCURITÉ

Bien entretenue, la déshydrateuse à aliments Total Chef est conçue pour donner des années de service fiable. En utilisant cet appareil, assurez-vous de respecter ces quelques conseils de sécurité.

1. Ne touchez pas la résistance chauffante.
2. Ne touchez pas les surfaces chaudes.
3. Pour vous protéger contre toute décharge électrique éventuelle, ne plongez pas le cordon, les fiches ni le socle de l'appareil dans l'eau ni aucun autre liquide.
4. Surveillez toujours les enfants lorsqu'un appareil électrique est utilisé par ou près d'eux.
5. Lorsqu'il n'est pas utilisé, et avant de le nettoyer, débranchez l'appareil de la prise. Laissez-le bien se refroidir avant de déposer ou de remplacer des pièces.
6. Ne branchez pas la déshydrateuse lorsque son dessus est vers le bas (en position de rangement) et n'inversez pas le dessus et le socle pour ranger l'appareil avant qu'il ne soit complètement refroidi.
7. En cas de dégâts au cordon ou à la fiche ou si l'appareil ne fonctionne pas bien ou a été endommagé, ne l'utilisez plus. Renvoyez-le au centre de service le plus proche en vue de son examen, de sa réparation ou de son réglage.
8. Il peut être dangereux d'utiliser des accessoires non recommandés par le fabricant de l'appareil.
9. Ne branchez pas l'appareil à l'extérieur.
10. Ne placez pas l'appareil dans un four chaud ni sur ou près d'un brûleur électrique ou à gaz.
11. Pour le nettoyage, utilisez un chiffon humide ou une éponge et du savon doux.
12. Ne versez aucun liquide dans la déshydrateuse.
13. N'utilisez l'appareil que dans le but pour lequel il a été conçu.
14. Ne laissez pas le cordon pendre de la surface de travail ou de la table.

**POUR USAGE À L'INTÉRIEUR SEULEMENT
PAS DE LAVAGE EN LAVE-VAISSELLE
LAVAGE À LA MAIN SEULEMENT**

GARDEZ CE MODE D'EMPLOI

PRINCIPES DE LA DÉSHYDRATATION

Aucune règle uniforme ne s'applique à toutes les méthodes de déshydratation des aliments. Le meilleur moyen de devenir efficace est d'expérimenter l'appareil, en suivant les conseils de ce guide et en ajustant ensuite votre technique selon vos résultats.

Il est utile de consigner ses résultats. Par exemple, les mesures de poids de l'aliment avant et après la déshydratation, les durées de déshydratation... sont toutes des données importantes pour obtenir un produit de qualité. Ces données peuvent être inscrites sur les étiquettes des récipients.

Des friandises délicieuses prêtes à manger sont parmi les produits que l'on peut confectionner en séchant des fruits et des légumes chez soi. Après un trempage dans l'eau, les légumes réhydratés peuvent servir pour des recettes de plats au four, soupes, ragoûts et salades. Les fruits réhydratés, gros et petits, font d'excellentes compotes et sauces.

La déshydratation a un grand attrait car elle est facile et ne nécessite que peu de matériel. Il faut seulement un minimum d'espace de rangement.

La déshydratation est la méthode qui consiste à chauffer l'aliment pour en faire évaporer l'humidité et en éliminer la vapeur d'eau qui se forme.

La plupart des produits alimentaires se débarrassent rapidement de leur humidité au tout début de la déshydratation; ils absorbent beaucoup de chaleur et dégagent de grandes quantités de vapeur d'eau tout en restant à une température bien inférieure à celle de l'air utilisé pour la déshydratation.

MARCHE À SUIVRE

Les fruits et légumes sélectionnés doivent être de la plus haute qualité possible, à la fois frais et bien mûrs. Les fruits flétris ou de piètre qualité ne forment pas de bons produits secs. Les produits moins mûrs manquent d'arôme et de couleur. Les produits trop mûrs peuvent devenir durs et fibreux ou mous et blets.

Préparez les produits lorsqu'ils sont frais et commencez immédiatement la déshydratation. Lavez et nettoyez bien tous les produits pour en éliminer la saleté et les produits chimiques. Triez et jetez les produits flétris, abîmés ou pourris qui peuvent gâter tout un lot.

Pour plus de commodité lorsque vous serez prêt à utiliser les aliments, et afin d'accélérer la déshydratation, nous conseillons d'éplucher certains fruits et légumes et de dénoyauter les fruits. Les morceaux plus petits tendent à sécher de façon plus rapide et uniforme.

TRAITEMENT PRÉALABLE

Les enzymes présentes dans les fruits et légumes sont responsables des changements de couleur et de saveur qui se produisent pendant le mûrissement. Ces changements continuent pendant la déshydratation et le stockage, à moins que le produit ne soit pré-traité afin de ralentir l'activité des enzymes.

Avant de déshydrater les aliments, vous pouvez les blanchir. Ceci permet de garder à la fois la couleur en accélérant la déshydratation, ce qui amollit les fibres, et la saveur, pendant le stockage, tout en améliorant la reconstitution pendant la cuisson.

De nombreux fruits de couleur pâle (pommes, abricots, pêches, nectarines et poires) ont tendance à foncer pendant la déshydratation et le stockage. Pour l'éviter, vous pouvez les blanchir ou les tremper dans une solution appropriée, mais l'efficacité de ces méthodes de traitement préalable varie.

Les fruits peuvent être trempés dans les solutions suivantes :

- Jus de citron ou d'ananas, en tant que remplacement naturel d'autres traitements, pour réduire le brunissement. Le fruit peut être coupé en tranches dans le jus de fruit; retirez-le rapidement (après environ 2 minutes) et posez-le sur les plateaux. Le fruit peut aussi être trempé dans du miel, des épices, du jus de lime ou d'orange, de la poudre Jell-O ou être saupoudré de noix de coco pour leur donner un goût plus acide. Avec votre imagination, confectionnez votre propre mélange.
- Bisulfite de sodium : N'utilisez que le bisulfite de sodium de catégorie alimentaire (USP). Il suffit d'en dissoudre une cuiller à thé dans un litre d'eau. Préparez de petites quantités de fruit et trempez dans la solution pendant 1 ou 2 minutes. Ceci évite toute perte de vitamine C et maintient une couleur vive. Le bisulfite de sodium s'obtient à la pharmacie.
- Une solution salée.
- Une solution d'acide ascorbique ou citrique. Vous pouvez aussi utiliser les mélanges antioxydants du commerce contenant de l'acide ascorbique, mais souvent ces produits ne sont pas aussi efficaces que de l'acide ascorbique pur.

Les fruits peuvent être ébouillantés à la vapeur, mais ils ont tendance à ramollir et sont plus difficiles à manipuler

L'ébouillantage au sirop permet de garder la couleur des pommes, abricots, figes, nectarines, pêches, poires et prunes, et de confectionner des fruits confits sucrés.

Les fruits à peau dure (raisin, prunes et prunelles, cerises, figes et certains petits fruits) peuvent être blanchis à l'eau pour déchirer les peaux et permettre à l'humidité intérieure de s'échapper plus facilement pendant la déshydratation.

TRAITEMENT PRÉALABLE (suite)

Les fruits et légumes déshydratés et reconstitués peuvent être utilisés de nombreuses façons variées.

Utilisez les fruits secs comme goûter à la maison, en randonnée ou sur la piste de ski, ou les incorporer dans les biscuits ou gâteaux faits maison.

Servez les fruits reconstitués comme des compotes ou des sauces. Vous pouvez aussi les incorporer aux recettes préférées de pains, salades, gélatines, omelettes, tartes, farces, laits frappés, glace maison et céréales cuites.

Ajoutez des légumes séchés aux soupes, ragoûts et plats de légumes. Utilisez-les dans les collations ou les trempettes.

Incluez des légumes reconstitués dans les recettes de pains de viande et autres plats principaux, ainsi que dans la gélatine et les salades de légumes.

Les légumes secs en poudre constituent un ingrédient délicieux pour les bouillons, soupes et vinaigrettes.

Conseils pour garder le maximum de valeur nutritive :

- Blanchissez pendant la durée prévue.
- Emballez bien les aliments séchés et gardez-les dans un endroit frais, sec et sombre.
- Examinez périodiquement les aliments séchés pour vérifier que de l'humidité n'a pas été réabsorbée.
- Mangez les aliments séchés dès que possible.
- Employez le liquide de trempage et de reconstitution pour la recette utilisée

DÉSHYDRATATION

Les durées de déshydratation varient selon le type, la taille et les morceaux des fruits et légumes à traiter, et selon la charge des plateaux.

Avant d'essayer les aliments et leur état de dessiccation, retirez-en une poignée et laissez refroidir quelques minutes. Les aliments tièdes ou chauds semblent plus mous, plus humides et plus pliables que lorsqu'ils sont refroidis.

Les aliments doivent être suffisamment secs pour éviter toute croissance des bactéries entraînant un gaspillage. Les légumes séchés doivent être durs et cassants. Les fruits séchés doivent avoir l'aspect du cuir et être pliables. Pour un stockage à long terme, les fruits traités chez soi doivent être plus secs que les fruits séchés dans le commerce et vendus en épicerie.

EMBALLAGE ET STOCKAGE

Après déshydratation, les fruits coupés dans plusieurs tailles doivent d'abord rendre leur eau pendant une semaine afin d'équilibrer le degré d'humidité de tous les morceaux avant leur stockage de longue durée. Pour cela, placez-les dans un contenant ni en aluminium ni en plastique et gardez-les dans un endroit sec, bien aéré et protégé.

Laissez bien refroidir les aliments séchés avant de les emballer, en petites quantités afin de pouvoir les consommer rapidement après ouverture du contenant.

Emballez les aliments, en serrant le plus possible mais sans écraser, dans des contenants propres, secs et résistant aux insectes. Les bocaux en verre et cartons ou sachets pour congélation, étanches à l'humidité et à la vapeur (type en plastique épais), conviennent très bien. Les boîtes en métal avec leur couvercle peuvent être utilisées sous réserve de d'abord placer l'aliment dans un sac en plastique.

Vérifiez les aliments séchés environ une fois par mois. En cas de présence de moisi sur un morceau d'aliment sec, grattez-le et pasteurisez le contenu.

Pour pasteuriser le contenu, placez l'aliment sur une tôle à biscuits et cuisez-le au four pendant environ 15 minutes à 80 °C (175 °F). Emballez de nouveau dans un contenant propre et hermétique.

PERMUTATION DES PLATEAUX

La déshydrateuse est conçue de façon scientifique pour utiliser la convection de chaleur naturelle pour dégager l'humidité des aliments. Il est important de permuter l'emplacement des plateaux pendant le traitement afin de garantir une déshydratation uniforme. Les plateaux les plus près du socle sont exposés à l'air le plus sec et le plus chaud et les aliments qui y sont placés sécheront plus vite. Il suffit donc de déplacer ces plateaux vers le haut et de déplacer ceux du haut vers le bas.

À NE PAS OUBLIER

1. On obtient les meilleurs résultats avec des aliments de haute qualité. Sélectionnez des produits mûrs et en bon état. Un aliment médiocre peut donner une mauvaise odeur à tout un lot.
2. Il est important de bien nettoyer le produit. Lavez-le à fond, retirez les parties molles ou gâtées, coupez en tranches et pré-traitez selon les besoins. Assurez-vous que les mains, les ustensiles et les zones de préparation des aliments sont également propres.
3. Il faut s'attendre à des variations des durées de déshydratation car elles dépendent de la taille de la charge, de l'épaisseur des tranches de produit, de l'humidité ambiante et de la teneur en humidité de l'aliment.
4. Assurez-vous de laisser l'aliment refroidir avant d'en vérifier la déshydratation.
5. Les plateaux peuvent être chargés avec des aliments qui peuvent presque se toucher, mais sans se chevaucher.

REMEMBER (cont.)

6. Environ 6 à 10 % d'humidité peut rester dans l'aliment sans danger qu'il se gâte. De nombreux aliments séchés ont la consistance du cuir, un peu comme de la réglisse.

7. Si vous remarquez une déshydratation non uniforme ou une charge trop lourde, déplacez le plateau inférieur sur la position du milieu et abaissez le plateau supérieur d'un niveau.

8. Pour retirer les graines ou noyaux des prunes, du raisin, des cerises..., déshydratez à moitié, puis éliminez les graines et les noyaux; ceci évite tout égouttage du jus.

RECETTES

FRUITS ASSORTIS

2 bananes (pelées), 1/2 lb de fraises et 1 tasse d'ananas en morceaux (conservé)
Coupez les fruits en tranches uniformes d'environ 1/4 po d'épaisseur. Après déshydratation et refroidissement, ajoutez 1/4 tasse de noix assorties.

RONDELLES DE POMME ET CANNELLE

5 lb de pommes et 5 cuillers à thé de cannelle
Pelez et videz les pommes à l'aide d'un vide-pomme. Coupez-les en rondelles de 1/4 po d'épaisseur. Saupoudrez de cannelle avant déshydratation.

MÉLANGE TROIS AGRUMES

3 lb d'oranges, 5 citrons et 4 pamplemousses fermes
Lavez les fruits. En laissant l'écorce, coupez les fruits en rondelles uniformes d'environ 1/4 po d'épaisseur. Placez sur les plateaux et déshydratez.

PARADIS TROPICAL

10 kiwis, 1 ananas et 3 papayes
Pelez les papayes et les kiwis. Découpez le centre et l'écorce de l'ananas. Coupez les fruits en rondelles uniformes d'environ 1/4 po d'épaisseur. Placez sur les plateaux et déshydratez.

DÉLICES AUX FRAISES

2 tasses de fraises fraîches et nettoyées
Placez dans un robot avec un peu de jus de pomme pour aider à liquéfier les fraises. Placez une couche de film étirable sur le ou les plateaux. Versez le mélange sur le film et répartissez-le uniformément à l'aide d'une spatule. Déshydratez pendant 6 heures environ (selon votre préférence d'un produit craquant ou mou).

RECETTES (suite)

VIANDE SÉCHÉE

Dans un plat de cuisson de 9 x 13 po, faites mariner du boeuf ou de la dinde en tranches fines, dans un mélange de 1/4 de tasse de sauce soja, 2 c. à table de cassonade et 2 c. à table de fumée liquide (facultatif). Mélangez bien en vous assurant d'enduire entièrement chaque morceau de viande. Couvrez de film étirable et laissez reposer 10 à 15 minutes. Ensuite, placez les morceaux de viande sur le plateau, sans qu'ils se touchent. Plus la tranche de viande est fine, plus la déshydratation sera rapide, entre 8 et 10 heures pour des tranches de 1/16 po d'épaisseur (selon la consistance que vous préférez).

SACHETS ODORIFÉRANTS ET POTS-POURRIS

Vous pouvez maintenant capturer les parfums du printemps et de l'été et profiter du doux parfum des fleurs et des herbes de votre jardin grâce à votre déshydrateuse à aliments. Choisissez des pétales de fleur, éparpillez-les sur le plateau-tamis et placez le tout dans la déshydrateuse. Lorsqu'ils sont parfaitement séchés (au bout d'environ 5 heures), placez les pétales dans des contenants décoratifs ou dans de petits sachets en tissus fermés par un ruban. Pour varier un peu les parfums, les pétales peuvent être saupoudrés d'épices telles que de la cannelle en poudre, des clous de girofle, un peu de romarin ou de menthe séchés. Il est préférable de garder le contenant fermé jusqu'à ce que tous les arômes se soient mélangés.

NETTOYAGE ET ENTRETIEN

- Non lavable au lave-vaisselle.
- Ne rincez pas la base de l'appareil. Pour nettoyer, essuyez à l'aide d'un chiffon ou d'une éponge humide seulement.
- Les plateaux de déshydratation et le haut de l'appareil sont lavables à la main.
- Laissez sécher complètement avant de remonter l'appareil pour le remiser.

AVERTISSEMENT

UTILISATION DE RALLONGES ÉLECTRIQUES

En raison des risques de danger en présence d'enfants, nous déconseillons vivement l'emploi de rallonges électriques. Si cela est absolument nécessaire, la rallonge doit être homologuée UL (aux États-Unis) et CSA (au Canada). Elle doit comporter 3 fils, posséder une fiche de masse (à brancher dans une prise reliée à la terre) et avoir une intensité d'au moins 15 ampères et une tension d'au moins 120 volts.

TABLEAU DE DÉSHYDRATATION DES FRUITS

Les durées de déshydratation indiquées sont approximatives. Elles pourront varier selon la température et l'humidité ambiantes, la teneur en humidité des aliments et l'épaisseur des tranches. La présence de jus naturels dans les aliments peut aussi varier; certains sucres de fruits sont de texture plus collante que d'autres.

FRUIT	PRÉPARATION	DURETÉ APRÈS DÉSHYDRATATION	DURÉE (en heures)
Abricots	Coupez en moitiés et retournez ou coupez-les en quartiers. Pré-traitez pour garder la couleur sans pénétrer la peau.	Pliable	8 à 36
Ananas (frais)	Éliminez le coeur, coupez en rondelles ou en morceaux.	Pliable	6 à 36
Ananas (en conserve)	Videz le jus et asséchez en tapotant.	Consistance du cuir	6 à 36
Bananes	Pelez et découpez en rondelles de 3 mm (1/8 po).	Croustillant	5 à 24
Canneberges	Lavez, hachez en flocons ou laissez les fruits entiers.	Pas d'humidité visible	4 à 20
Cerises	N'équeutez que juste avant de déshydrater. Dénoyer est facultatif, ou faites-le lorsque les cerises sont sèches à 50 %.	Consistance du cuir, mais collant	6 à 36
Nectarines	Pas besoin de les éplucher. Abaissez la peau sur le plateau ou coupez en tranches ou en rondelles de 10 mm (3/8 po).	Pliable	6 à 24
Orange (Pelure d')	Coupez en longues bandes et déshydratez. Ne râpez que juste avant d'utiliser.	Cassant	6 à 15
Pêches	Si vous le désirez, pelez pendant la déshydratation, à moitié sec. Coupez en quarts ou en moitiés.	Pliable, consistance du cuir	5 à 24
Petits fruits	Les fraises peuvent être coupées en tranches de 10 mm (3/8 po). Les autres fruits sont conservés entiers. Ébouillantez à l'eau les fruits paraffinés.	Pas d'humidité visible	5 à 24
Poires	Pelez, retirez le coeur et les fibres ligneuses. Coupez en tranches, en rondelles, en moitiés, en quarts ou en huitièmes.	Pliable, consistance du cuir	5 à 24

FRUIT	PRÉPARATION	DURETÉ APRÈS DÉSHYDRATATION	DURÉE (en heures)
Pommes	Épluchez, videz le coeur, coupez en rondelles et trempez dans la solution de traitement préalable pendant 2 minutes. Égouttez et disposez sur le plateau.	Pliable	4 à 15
Prunes	Lavez, laissez entières ou coupez en moitiés et dénoyauter ou, à moitié sec, dégagez les noyaux.	Pliable	5 à 24
Prunes à pruneaux	Même chose que les prunes, mais trempez d'abord dans l'eau bouillante pendant 2 minutes.	Consistance du cuir	8 à 36
Raisins secs	Lavez, équeutez et laissez les grains entiers.	Pliable, consistance du cuir	6 à 36
Rhubarbe	N'utilisez que les pétioles tendres. Lavez et coupez en longueurs de 25 mm (1 po).	Pas d'humidité visible	5 à 24

TABLEAU DE DÉSHYDRATATION DES LÉGUMES

LÉGUME	PRÉPARATION	DURETÉ APRÈS DÉSHYDRATATION	DURÉE (en heures)
Ail	Découpez en petits morceaux et déshydratez. Puis broyez selon la préférence.	Cassant	2 à 10
Artichaut (Coeurs d')	Coupez les coeurs en bandes de 3 mm (1/8 po), ébouillantez dans 3/4 de tasse d'eau avec 1 c. à table de jus de citron de 5 à 8 minutes.	Cassant	4 à 12
Asperges	Lavez et coupez en morceaux de 25 mm (1 po). Les pointes conviennent parfaitement. Les tiges broyées après déshydratation font un excellent assaisonnement.	Cassant	4 à 10
Aubergines, courges et courgettes	Nettoyez, lavez, coupez en tranches de 6 à 12 mm (1/4 à 1/2 po) d'épaisseur et étalez sur le plateau.	Cassant	4 à 14
Betteraves	Éliminez les déchets sauf 25 mm (1 po) des verts et des racines. Lavez, blanchissez, laissez refroidir, éliminez les verts, la peau et les racines. Coupez en tranches ou en dés.	Cassant, rouge foncé	4 à 12
Brocoli	Préparez et coupez selon l'habitude. Lavez et cuisez à la vapeur pendant 3 à 5 minutes	Cassant	5 à 15

LÉGUME	PRÉPARATION	DURETÉ APRÈS DÉSHYDRATATION	DURÉE (en heures)
Carottes	Choisissez de jeunes carottes tendres. Cuisez à la vapeur jusqu'à ce qu'elles soient tendres. Coupez en tranches, lanières, cubes ou bandes.	Consistance du cuir	4 à 12
Céleri	Séparez les tiges des feuilles et lavez bien le tout. Coupez les tiges en tranches de 6 mm (1/4 po). Les feuilles sèchent en premier; retirez-les donc quand elles sont sèches et faites-en des flocons pour soupes, ragoûts...	Cassant	4 à 12
Champignons	Choisissez des champignons dont le chapeau se retourne vers l'intérieur, car ils sont jeunes et tendres. Essuyez à l'essuie-tout humide ou brossez doucement pour éliminer la saleté. Coupez en tranches, broyez ou déshydratez en entier, selon la taille.	Consistance du cuir à cassant, selon la taille et l'âge	3 à 10
Chou	Préparez et coupez en bandes de 3 mm (1/8 po). Coupez le centre en bandes de 6 mm (1/4 po) d'épaisseur. Placez sur le plateau inférieur.	Consistance du cuir	4 à 12
Chou-fleur	Placez dans 2 litres (2 ptes) d'eau (avec 3 c. à table de sel) pendant 2 minutes. Cuisez à la vapeur jusqu'à ce qu'il soit tendre.	Consistance du cuir	5 à 15
Choux de Bruxelles	Découpez les choux des tiges, coupez en moitiés dans le sens de la longueur, par la tige.	Cassant	5 à 15
Ciboulette	Hachez et étalez sur le plateau.	Cassant	4 à 10
Concombre	Épluchez et coupez en tranches de 3 mm (1/8 po).	Consistance du cuir	4 à 14
Courgettes	Voyez à Aubergines.		
Haricots (verts ou beurre)	Coupez à la française ou en morceaux de 25 mm (1 po). Blanchissez à la vapeur jusqu'à un aspect translucide. Remuez les haricots sur le plateau après déshydratation partielle. Pour obtenir une déshydratation plus uniforme, déplacez les haricots du centre vers le bord du plateau.	Cassant	4 à 14
Légumes-feuilles (épinard, chou frisé, bette, moutarde, navet, verts de betterave)	Lavez à fond et éliminez les tiges dures. Cuisez à la vapeur jusqu'à obtenir des feuilles flétries mais pas détrempées. Utilisez le plateau inférieur, en faisant attention à ne pas griller l'aliment.	Très cassant	4 à 10

LÉGUME	PRÉPARATION	DURETÉ APRÈS DÉSHYDRATATION	DURÉE (en heures)
Maïs	Éliminez les enveloppes, la soie et les taches avant de cuire à la vapeur. Blanchissez sur l'épi jusqu'à coagulation du lait. Égrenez et étalez les grains sur le plateau. Pour obtenir une déshydratation plus uniforme, remuez les grains plusieurs fois.	Cassant	4 à 15
Navets	Même chose que les carottes, mais coupez plus fin.	Consistance du cuir	4 à 12
Oignons et poireaux	Épluchez et coupez en tranches de 12 mm (1/2 po) ou en pépites, ou hachez. Remuez plusieurs fois pendant la déshydratation	Consistance du cuir	4 à 10
Okra	Utilisez les jeunes cosses. Lavez, nettoyez et coupez en cercles de 6 mm (1/4 po).	Consistance du cuir	3 à 10
Panais	Même chose que les carottes.	Consistance du cuir	4 à 12
Persil	Découpez en petits morceaux, déshydratez puis hachez si vous le désirez.	Cassant	2 à 10
Petits pois	N'utilisez que les variétés de pois tendres. Écossez et blanchissez pendant 3 à 5 minutes.	Cassant	4 à 10
Piments forts	Pour manipuler les piments, portez toujours des gants de caoutchouc pour protéger vos mains. Lavez et essuyez les piments entiers.	Consistance du cuir	4 à 12
Poivrons (verts et piments)	Coupez en bandes ou en rondelles de 6 mm (1/4 po). Éliminez les pépins, lavez et déshydratez. Vous pouvez aussi hacher. Le paprika est la poudre de piment doux.	Cassant	4 à 10
Pommes de terre	Éplucher est facultatif. Coupez en tranches de 5 à 6 mm (3/16 à 1/4 po), en dés ou en frites. Cuisez à la vapeur comme les betteraves.	Cassant	5 à 12
Potirons et courges vertes de Hubbard	Cuisez au four ou à la vapeur, en petits morceaux, jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Coupez en bandes de 25 à 75 mm (1 à 3 po) de largeur, épluchez et retirez la pulpe. Coupez des bandes de 12 mm (1/2 po) d'épaisseur. Grattez la pulpe et transformez en purée dans un robot. Essuyez avec un essuie-tout.	Consistance du cuir	5 à 15
Rutabagas	Même chose que les carottes, mais coupez plus fin.	Consistance du cuir	4 à 12
Tomates	Lavez et éliminez les queues. Pour retirer la peau, trempez-les brièvement dans l'eau chaude. Coupez en moitiés ou en tranches	Consistance du cuir	6 à 24

