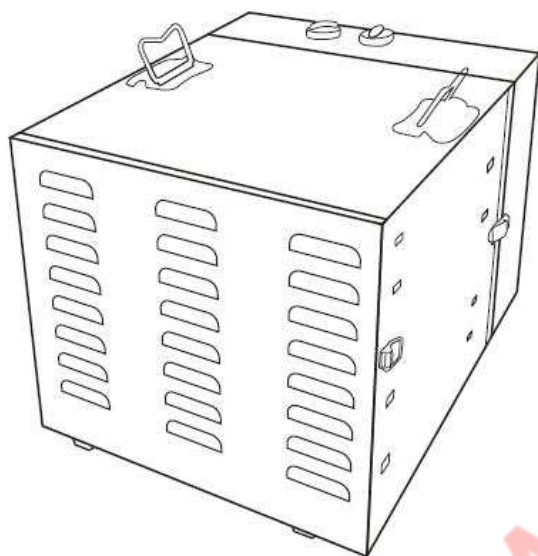




GoodFood
PREMIUM QUALITY

Stainless Steel
Dehydrator



Инструкция по эксплуатации

Дегидратор GoodFood WS10 PRO

www.kiy-v.ua

Меры безопасности.

1. Прочитайте всю инструкцию.
2. Не прикасайтесь к горячим поверхностям прибора.
3. Не опускайте какую-либо часть дегидратора, провод или штепсель в воду во избежание удара электрическим током.
4. Если поблизости дети, не оставляйте прибор без внимания.
5. Выключайте из розетки, когда не пользуетесь дегидратором и перед тем, как собираетесь его мыть. Перед тем, как разбирать или вынимать детали, дождитесь, пока прибор остынет.
6. Не пользуйтесь прибором с повреждённым проводом или штепселем, а также после того, как прибор неправильно функционировал или был повреждён.
7. Использование каких-либо деталей, не предусмотренных конструкцией изделия, может быть опасным.
8. Нельзя класть в дегидратор острые вещи.
9. Следите за тем, чтобы провод не свисал со стола или другой поверхности, где установлен дегидратор, и не касался горячих поверхностей.
10. Не пользуйтесь дегидратором вне помещения.
11. Не ставьте рядом с конфоркой газовой или электрической плиты, а также рядом с нагретой плитой.
12. Всегда втыкайте штепсель в розетку перед тем, как включить прибор. Чтобы выключить, поставьте датчик на выключение и только после вынимайте штепсель из розетки.
13. Используйте прибор только по назначению.
14. Мойте влажной тряпкой и мягким моющим средством.
15. Сохраните эту инструкцию.

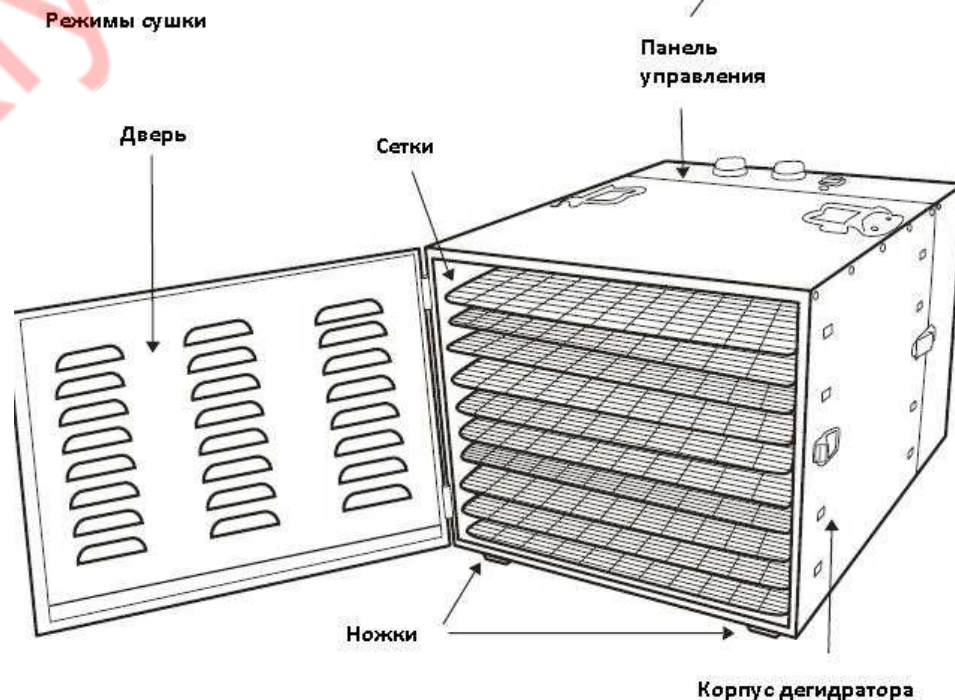
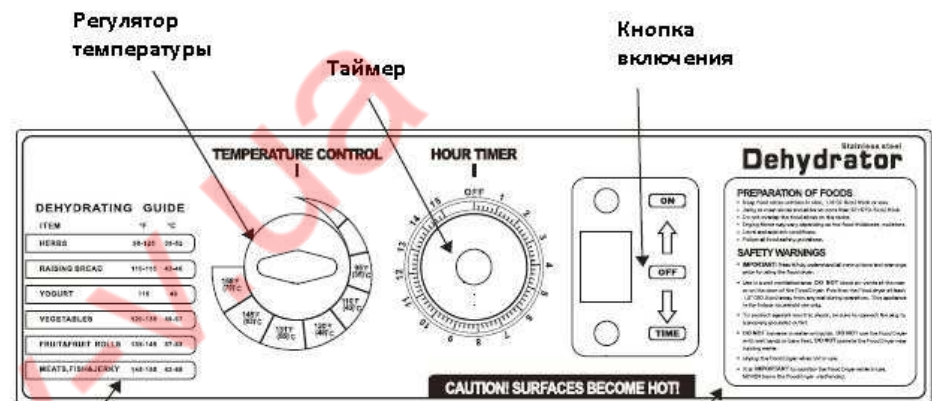
Инструкция по эксплуатации.

Использовать дегидратор GoodFood WS10 PRO очень просто! Подключите прибор в розетку. Затем обеими руками (чтобы случайно не уронить) загрузите подносы с продуктами в шкаф дегидратора. Когда подносы установлены, закройте дегидратор дверкой и установите термостат на нужную температуру.

1. Установите дегидратор на гладкой и сухой поверхности.
2. Загрузите подносы с продуктами. Закройте дегидратор дверкой.
3. Подключите провод к розетке (220 Вольт).

4. Установите термостат на нужную температуру.
5. Когда продукты высохли, дайте им остыть. Затем переложите продукты в герметичную посуду.

Панель управления



Температурный режим дегидрататора

Для Вашего удобства дегидрататор снабжён температурным меню, следуя которому вы можете устанавливать термостат на нужную температуру сушки. Если температура нагревания очень высока, продукты могут сверху стать пересушенными и твёрдыми, а внутри остаться влажными. Если температуру сделать слишком низкой, возрастает время сушки и расход электричества.

Перевод режимов на температурном меню

Herbs - Травы 35 - 52 град С

Raising Bread - Режим для теста (чтобы поднялось) 43 - 46 град С

Yogurt - Изготовление Йогурта 46 град С

Vegetables - Овощи 49 - 57 град С

Fruits/Fruit Rolls - Фрукты/Фруктовые роллы 57 - 63 град С

Meats/Fish/ Jerky - Мясо/Рыба / Вяления 63 - 68 град С

Время сушки

На страницах ниже представлен список продуктов и примерное время, необходимое для их эффективной сушки. Однако время сушки очень сильно зависит от множества факторов. Это содержание влаги в воздухе, содержание влаги в высушиваемых продуктах и способ приготовления.

Влажность: Воздух должен постоянно быть в движении. Неподвижный воздух быстро насыщается влагой, и продукты перестают высушиваться. Сушка должна быть непрерывной, чтобы предотвратить рост микроорганизмов. По прогнозу погоды посмотрите, какая у вас на данный момент влажность воздуха. Чем показатель влажности ближе к 100%, тем дольше времени займёт сушка.

Содержание влаги в продукте: Также важно содержание влаги в продукте, который сушится. Помните, содержание воды в овощах и фруктах может варьироваться в зависимости от сезонных осадков и факторов окружающей среды, а также от степени зрелости продукта.

Нарезание: равномерная нарезка - последний фактор, определяющий время сушки. Если продукты хорошо нарезаны (не толще, чем полсантиметра), успешная сушка вам обеспечена!

Как мыть дегидрататор

Дегидрататор легко моется, как снаружи, так и внутри. Хорошо протрите дегидрататор влажной губкой, смоченной в тёплой воде с мылом и смойте. Подносы легко мыть, поместив их на верхнюю сетку посудомоечной машины. Выдвижную сетку у подносов можно очистить, погрузив её в тёплую воду с мылом и затем промыв и протерев влажной тряпкой. Отверстия в сетке обеспечивают лучшую циркуляцию воздуха во время сушки, и конструкция подносов не даёт влаге скапливаться под нарезанными кусочками. Таким образом сушка получается более равномерной.

Дегидрататор GoodFood WS10 PRO оснащён съёмной дверкой. Эта цельная дверка предназначена для того, чтобы не допускать попадание света на продукты, предотвращая их от потемнения и потери питательных веществ во время сушки.

Подготовка к сушке

На самом деле не существует правильного или неправильного способа подготовки продуктов к сушке. Для успешной сушки следуйте описанным ниже советам:

- Следите за тем, чтобы кусочки были равномерными по толщине.
- Постарайтесь, чтобы толщина кусочков была не более 0,6 см. Исключением являются абрикосы, нектарины, персики, вишня, виноград, смородина, сливы и другие фрукты с мягкой мякотью. Их можно сушить, разрезав на две половинки или на четыре четверти.
- Если вы хотите нарезать продукты кубиками, они не должны быть слишком маленькими. Во время сушки они станут еще меньше и могут провалиться через отверстия сетки.
- Мясо для вяления следует нарезать толщиной 0,5 см, и оно должно быть освобождено от лишнего жира перед сушкой. Недорогая и постная мясная нарезка, у которой нет прослоек жира, очень

подходит для домашней сушки. Чтобы мясо было более нежным, нарежьте его перпендикулярно жилам. Если нарезка очень нежная - вдоль жил.

- Продукты можно сушить вместе с кожурой. Исключение составляют продукты, у которых кожура несъедобна - например, ананас, киви, папайя, кокос, бананы, репа и сладкий картофель.

Дополнительные способы подготовки перед сушкой

Если вы используете дегидратор GoodFood WS10 PRO, эти предварительные меры не являются обязательными. Вообще существует два способа подготовки продуктов к сушке - погружение в раствор и бланширование. Дегидратор не позволит продуктам испортиться благодаря быстрому времени сушки и другим характеристикам. Однако, предварительная обработка поможет сохранить:

- **Цвет:** уменьшает окисление продуктов, таких как яблоки или картофель, предотвращает появление ржавого оттенка.
- **Питательные вещества:** помогает свести потери к минимуму, которые возникают в процессе сушки.
- **Текстуру:** уменьшается риск повреждения клетчатки во время сушки

Погружение в раствор

Погружение в раствор это, прежде всего, мера, направленная на то, чтобы предотвратить фрукты и овощи от окисления. Ниже описаны различные виды раствора, с которыми вы можете при желании экспериментировать.

- **Содиум бисульфит:** Смешанный с водой, содиум бисульфит представляет собой жидкую форму серы. Это самый эффективный и дешевый антиоксидант. Используйте серу, предназначенную только для обработки продуктов. *Если вы страдаете от аллергических реакций, проконсультируйтесь с врачом, прежде чем применять это средство.*

- **Фрукты:** Размешайте 1,5 столовых ложки Содиум Бисульфита в 4-х литрах воды. Замочите кусочки фруктов на 5 минут. половинки фруктов - на 15 минут. Промойте.

- **Овощи:** Рекомендуется только обдавать паром. Добавьте 1 чайную ложку Содиум Бисульфита к каждой чашке воды для бланширования и бланшируйте как обычно. Эта мера особенно рекомендована, если вы собираетесь хранить овощи более 3-х месяцев.

- **Окунание в аскорбиновую/лимонную кислоту:** это просто форма витамина С. Лимонная кислота содержится во всех цитрусовых фруктах. На две минуты замочите нарезанные продукты в растворе из 2-х столовых ложек лимонной кислоты, добавленной в 1 литр воды.

- **Погружение в фруктовый сок:** цитрусовые соки (ананасовый, лимонный или сок лайма) могут быть использованы в качестве натуральных антиоксидантов. Смешайте 1 чашку сока с одним литром воды и замочите на 10 минут. *Примечание: фруктовый сок эффективен только на 1/6 по сравнению с чистой аскорбиновой кислотой и может слегка изменить вкус продуктов.*

- **Погружение в мед:** Мед часто используется для сушки фруктов. Он делает продукты заметно слаще и более калорийными. Растворите 1 чашку сахара в 3 чашках горячей воды. Подождите, пока вода станет теплой и добавьте 1 чашку меда. Окунайте фрукты небольшими порциями, выньте, хорошо отряхните от воды и тщательно промокните бумажными полотенцами перед сушкой.

Когда используете раствор, следуйте вышеописанным инструкциям. Затем стряхните раствор и хорошо промойте. Важно убрать с продуктов лишнюю влагу бумажными полотенцами перед тем, как поставить в дегидратор. Лишняя влага в продуктах увеличит время сушки.

Бланширование

Бланширование, как мера предварительной подготовки, может быть двух видов: в кипящей воде или на пару. Этот метод наиболее подходит для фруктов с грубой кожей, которая иногда имеет и дополнительную натуральную восковую оболочку. Например, виноград, сливы, клюква и т.д. Если опустить такие фрукты в кипящую воду на 1-2 минуты, кожица лопается, что позволяет влаге

быстрее испаряться из продуктов во время сушки. Следовательно, такая процедура заметно сокращает время сушки.

- **Бланширование в воде:** Наполните большую кастрюлю водой, больше половины. Доведите воду до кипения и положите продукты прямо в кастрюлю. Накройте крышкой и бланшируйте примерно 3 минуты. Выньте продукты из кипящей воды и погрузите в воду со льдом. Промокните полотенцем, чтобы убрать излишки влаги перед сушкой.

- **Бланширование на пару:** Используйте обычную пароварку. Наполните нижнюю ее часть водой до 5 см. Верхнее отделение заполните продуктами. Вода должна сильно кипеть примерно 4 минуты. Выньте продукты из кипящей воды и поместите их в воду со льдом, чтобы остывали. Промокните бумажным полотенцем, чтобы убрать излишки влаги.

- **Электрические пароварки:** Возможно, они больше всего подходят для бланширования. Они помогают сохранять питательные вещества, наиболее яркие цвета и усиливают натуральный вкус продуктов. Следуйте инструкциям к вашей пароварке для бланширования отдельных фруктов и овощей.

Хранение и восстановление

В контейнерах для высушенных продуктов не должно быть влаги и насекомых. Рекомендуются стеклянные банки с плотно закрытыми крышками, пластиковые контейнеры с плотным замком и вакуумные пакеты. Дополнительно для особой защиты мешочков с сушеными продуктами можно использовать подходящие для продуктов металлические ёмкости, например, банки из под кофе или жестяные коробки для печенья.

Высушенные продукты должны храниться в прохладном, темном и сухом месте. Идеальная температура для хранения 50-60 F (10-16 C). Если эти условия соблюдены, продукты сохраняют вкусовые качества и цвет.

Восстановление (регидрация)

Вы можете легко обогатить свой рацион сушеными продуктами. Банановые чипсы, разновидности сушеного и вяленого мяса, кусочки сушеных овощей - это типичные закуски тех, кто пользуется дегидратором GoodFood WS10 PRO. Восстановление сушеных продуктов открывает еще больше возможностей для разнообразия ежедневного меню.

Правильно подсушенные продукты легко регидрировать (восстановить с помощью воды). Они практически приобретают свой первоначальный размер, форму и облик. Если продукты подверглись мягкой сушке, они обычно обладают почти тем же ароматом и вкусом и сохраняют большую часть витаминов и микроэлементов. Есть несколько методов восстановления высушенных продуктов, которые включают замачивание в воде или соке, опускание в кипящую воду, варку или приготовление на пару. Очень важно не добавлять соль, сахар и специи во время первых пяти минут восстановления, так как эти добавки тормозят впитывание жидкости в продукты.

- Электрическая пароварка является одним из самых эффективных приборов для восстановления сушеных продуктов. Положите продукты в большую чашку и налейте туда воды. Циркулирование пара поможет влаге проникнуть в продукты и снова возвратит их к первоначальному свежему виду. Для наиболее успешной регидрации следуйте инструкциям, перечисленным в инструкции по эксплуатации к вашей пароварке.

- Замачивание. Поместите высушенные кусочки в мелкую посудину, налейте воды, чтобы она покрывала продукты, подождите 1-2 часа, пока продукты восстановятся. Если вы замачиваете на ночь, поставьте ёмкость в холодильник.

- Кипящая вода. Чтобы восстановить овощи, положите 1 чашку сушеных овощей в 1 чашку (240 мл) кипящей воды. Замачивайте 5-20 минут, а затем используйте в приготовлении по вашему рецепту. Чтобы восстановить фрукты, налейте 1 чашку воды в сковородку, высыпьте туда 1 чашку фруктов и варите на медленном огне до тех пор, пока фрукты не станут нежными.

- Варка. Для гарниров из овощей, фруктовых подливок или компотов берите 1 часть жидкости на 1 часть сушеных продуктов.

Если вы хотите использовать сушеные продукты в приготовлении суфле, пирогов, и бездрожжевых хлебцов, добавьте 2 части жидкости к 3 частям сухих продуктов. Когда готовите фрукты, поместите их в кастрюлю с кипящей водой, поставьте на самый медленный огонь и томите 1-15 минут до нежного состояния.

Нижеприведенная таблица это инструкция по подготовке фруктов и овощей к сушке, времени сушки и тестированию продуктов на готовность. Если в день сушки влажность воздуха низкая, то время сушки будет ближе к первому числу. Если влажность высокая - ко второму.

Фрукты. Эффективная сушка при температуре 135 F (57 C)

Продукт	Приготовление	Тест	Время
Яблоки	Очистить от кужуры, вынуть сердцевину с косточками, порезать на кусочки толщиной в полсантиметра. Можно посыпать корицей.	Должны быть мягкими, гнущимися	7-15 ч

Абрикосы	Помыть, порезать на половинки, убрать косточки. Сушить на стороне с кожурой.	Должны быть мягкими, гнущимися	20-28 ч
Бананы	Почистить и порезать на кусочки толщиной 3 мм.	Должны быть жесткими	6-10 ч
Ягоды	Сушить целиком. Ягоды с натуральным восковым налетом можно предварительно бланшировать.	Должны быть жесткими	10-15 ч
Вишня	Убрать косточки и стебли. Разрезать на половинки. Положить на поднос вниз стороной с кожицей. Будут напоминать изюм. Следите, чтобы не пересушить.	Должны быть жесткими	13-21 ч

Клюква	Сушить целиком	Должны быть мягкими	10-12 ч
Инжир	Помыть, вырезать пятна, разрезать на 4 части, разложить на поднос вниз кожицей.	Должны быть мягкими	22-30 ч
Виноград	Помыть, удалить веточки, разрезать на половинки или оставить целым, положить на поднос вниз кожицей. Бланширование вдвое сокращает время сушки.	Должны быть мягкими	22-30 ч

Нектарины	Помыть, убрать косточку, почистить. Нарезать толщиной около сантиметра, сушить вниз кожицей.	Должны быть мягкими, гнущимися	8-16 ч
Персики	Помыть, убрать косточку и порезать на кусочки толщиной полсантиметра.	Должны быть мягкими, гнущимися	8-16 ч
Груши	Помыть, убрать сердцевину, порезать на кусочки (0,5 см) или разрезать грушу на 4 части.	Должны быть мягкими, гнущимися	8-16 ч
Хурма	Помыть, удалить верхушку и порезать на кусочки (0,5 см)	Должны быть жесткими	11-19 ч

Ананас	Почистить, удалить глазки и сердцевину, порезать на куски (0,5 см)	Должны быть мягкими, гнущимися	10-18 ч
Слива	Помыть, разрезать на половинки, удалить косточку, вогнуть выпуклую сторону, чтобы увеличить поверхность для сушки	Должны быть жесткими	22-30 ч
Ревень	Помыть, порезать на длинные кусочки толщиной 2,5 см.	Должны быть жесткими	6-10 ч
Клубника	Помыть, убрать чашелистики, порезать на кусочки толщиной 0,5 см.	Должны быть жесткими и хрустящими	7-15 ч

Дыня	Очистить от шкурки, порезать треугольниками и удалить семена	Должны быть мягкими и липкими	8-10 ч
------	--	-------------------------------	--------

**Овощи.
Эффективная сушка при температуре 125 F (52 C)**

Спаржа	Помыть и порезать на кусочки 2,5 см толщиной	Должны быть ломкими и крошащимися	5-6 ч
Фасоль (зеленая или восковая)	Помыть, удалить кончики, порезать на куски толщиной 2,5 см	Должны быть ломкими	8-12 ч

Свекла	Удалить стебель, сварить до мягкого состояния, охладить, почистить и порезать на кусочки (0,5 см) или кубики (0,3 см)	Должны быть жесткими	8-12 ч
Брокколи	Помыть, очистить от наружных листьев, порезать стебли на кусочки (0,5 см). Соцветия сушить целиком.	Должны быть ломкими	10-14 ч
Капуста	Помыть, очистить от наружных листьев, порезать на полоски (0,3 см)	Должны быть ломкими	7-11 ч
Морковь	Помыть, убрать верхушки с ботвой, почистить (по желанию). Порезать на	Должны быть жесткими	6-10 ч

	кубики (0,3 см) или кружочки.		
Сельдерей	Тщательно промыть, отделить стебли, порезать на длинные кусочки (0,5 см толщиной).	Должны быть жесткими	3-10 ч
Кукуруза	Очистить початки, варить до молочной мягкости, срезать со стебля и распределить на подносе, перемешивая зерна несколько раз во время сушки.	Должны быть ломкими и крошащимися	6-10 ч
Огурцы	Помыть, порезать на кусочки толщиной 0,3 см.	Должны быть жесткими	4-8 ч
Баклажаны	Помыть, почистить, порезать на кусочки толщиной 0,5 см.	Должны быть жесткими	4-8 ч
Зелень	Тщательно	Должны быть	3-7 ч

	промыть, обрезать неподходящие части, удалить твердые стебли, распределить по подносам так, чтобы листья не слипались друг с другом. Для более равномерной сушки перемешивать несколько раз.	ломкими и крошащимися	
Грибы	Уберите грязь с грибов щеточкой или жесткой губкой, нарежьте толщиной около 1 см, вертикально, начиная от шляпки до конца ножки, одним слоем разложите на подносе.	Должны быть жесткими	3-7 ч
Окра	Помойте, очистите, нарежьте кружочки толщиной 0,5 см.	Должны быть жесткими	4-8 ч

Лук	Удалите корни, верхушку и шелуху, нарежьте кусочками 0,5 см толщиной, кольцами (0,3 см) или порубите. Сушите при температуре 145 F (63 C)	Должны быть жесткими	4-8 ч
Пастернак	Убрать ботву, почистить (если нужно), нарезать на кусочки толщиной около 1 см.	Должны быть жесткими и/или ломкими	7-11 ч
Горошек	Очистить от кожуры, промыть, бланшировать, промыть в холодной воде, промокнуть бумажным полотенцем	Должны быть ломкими и крошащимися	4-8 ч
Острый перец	Удалить стебель, семена и белые части. Помыть и высушить, порубить или порезать на	Должны быть жесткими	4-8 ч

	длинные кусочки (0,5 см) или кольца.		
Картофель	Используйте ранний картофель, помойте, варите на пару в течение 4-6 минут. Нарезьте как картофель фри соломкой, тонкими ломтиками (0,5 см) или натрите на крупной терке.	Должны быть ломкими и крошащимися или жесткими	6-14 ч
Тыква	Нарезьте на куски, удалите семена. Пожарьте или приготовьте на пару до мягкого состояния, соскребите мякоть с кожицы и превратите в пюре в блендере. Вылейте на листы Paraflexx или на кухонную пергаментную бумагу. Когда высохнет, заверните в	Должны быть жесткими	7-11 ч

	пластиковую оболочку и скрутите в ролл.		
Летние кабачки	Помойте, очистите (если нужно), порежьте на кусочки толщиной 0,5 см.	Должны быть жесткими	10-14 ч
Помидоры	Помойте и удалите стебли, порежьте на кусочки размером 0,5 см или кружочки. Черри-томаты режьте напополам и кладите на поднос кожицей вниз.	Должны быть жесткими или ломкими	5-9 ч
Репа (турнепс)	Почистить и разрезать на кусочки толщиной около 1 см.	Должны быть ломкими	8-12 ч
Зимние кабачки	Помыть, порезать на кусочки, тушить или жарить до мягкого состояния,	Должны быть жесткими	7-11 ч

	пюрировать в блендере, вылить на листы Paraflexx или кухонную пергаментную бумагу.		
Батат (сладкий картофель)	Помыть, потушить до размягчения, почистить и разрезать на кусочки толщиной 0,5 см.	Должны быть ломкими	7-11 ч
Цуккини	Помыть и порезать на кусочки (0,5 см) или на более тонкие ломтики (0,3 см) для чипсов.	Должны быть ломкими	7-11 ч

Пастила и фруктовые роллы

Йогурт, остатки фруктов или овощей можно пюрировать и сдобрить специями. В дегидраторе такая масса превращается в питательную энергетически-ценную и здоровую альтернативу сладостям или чипсам. Пастилу очень просто приготовить, достаточно только вылить пюре на листы Paraflexx или кухонную пергаментную бумагу.

Общие инструкции по приготовлению

Выберите спелые или слегка переспелые (но не испортившиеся) фрукты или овощи, которые хорошо сочетаются друг с другом.

Например, отлично сочетаются клубника и ревень или бананы и ананасы. Помойте, удалите несъедобные части, стебли, косточки и кожуру (если желаете). Помните, что кожура обладает большой питательной ценностью. Рамешайте в блендере до пюреобразного состояния.

Вылейте полторы-две чашки (360-480 мл) пюре на лист Paraflexx. Поскольку края высыхают быстрее, в центре толщина слоя должна быть 0,3 см, а по краям 0,6 см. Поместите поднос в дегидратор и сушите при температуре 135 F (57 C). Среднее время сушки при этом - 4-6 часов. Когда пастила высохнет, она будет немного блестящей и нелипкой на ощупь. Дождитесь, пока она остынет и снимите с листа. Скатайте ее в тугую цилиндрическую колбаску. Затем оберните в тонкий полиэтилен.

Фрукты

Кислые фрукты, такие как ревень и клюкву, нужно подслащивать перед сушкой. Добавляйте к пюре 1/4 - 1/2 чашки меда или сахара (60-120 мл). Количество подсластителя зависит от вашего вкуса. В яблочную пастилу можно добавить молотую корицу или мускат.

Йогурт

В процессе сушки йогурт становится очень ярким и напоминает конфеты. Приготовьте йогурт, добавьте пюрированную клубнику, экстракт мяты перечной. Скатайте в колбаску, порежьте на кусочки толщиной 1,3 см и повторно посушите в течение часа. Это предотвратит хранящиеся в контейнере кусочки от слипания.

Овощи

Овощи можно приготовить на пару до размягченного состояния, пюрировать и смешать с травами и специями. Томатное пюре можно смешать с итальянскими травами, высушить, а позже использовать для томатной пасты или соуса (с помощью регидрации). Очень вкусны гаспасчо, приготовленные из помидоров, огурцов, лука, зеленого перца и трав, - питательная низкокалорийная закуска. Морковные массы могут быть основой для крем-супов. Используя воображение, можно экспериментировать и найти свои любимые сочетания. Сушите при температуре 125 F (52 C).

Вяленое мясо

Испанские завоеватели были первыми, кто использовал метод сохранения мяса про запас. По мере того, как они продвигались по Центральной Америке и юго-западным штатам, они заметили, что местные индейцы разрезают мясо на длинные узкие кусочки и сушат его на воздухе под солнцем. Индейцы называли это сушеное мясо непонятным словом "charqui" (произносится "шарки"). Позже это слово было усвоено англичанами как jerky (современное слово, обозначающее "вяленина").

Чем же отличается вяленина, приготовленная в домашних условиях в дегидраторе? Существует много рецептов, но еще интересней изобретать свои собственные, по своему вкусу. Вы можете использовать любые комбинации из перечисленных ингредиентов: соевый или томатный соус, соус для барбекю, чеснок, лук, порошок карри, соль или перец.

Возьмите кусок постного сырого мяса, по возможности без жира. Чем больше жира, тем меньше срок хранения вяленины. Лучше всего одинаковые кусочки получаются, если нарезать специальным ножом для мяса, но обычный острый нож тоже подойдет. Легче нарезать мясо, если оно частично заморожено. Нарезьте кусочки вдоль или поперек жил. В первом случае вяленина будет более мягкой и хорошо жеваться. Во втором - нежной, но более твердой. Режьте на полоски 2,5 см шириной, 0,4 см толщиной. Длина может быть любой. После нарезки вырежьте весь видимый жир.

Для более эффективного хранения вяленины перед сушкой используйте сухое засаливание или замачивание в рассоле. Под сухой засолкой подразумевается натирание мяса солью и специями. Рассолы или маринады представляют собой соль и приправы, растворенные в воде. В них мясо замачивают, чтобы оно пропиталось солью.

Процесс приготовления

Для сухой засолки разложите полоски мяса одним слоем на разделочной доске или другой плоской поверхности. Посыпьте их засолочной смесью с обеих сторон. Посыпайте равномерным слоем. Уложите полоски друг на друга в стеклянную, пластиковую или керамическую посуду, которая плотно закрывается.

Мясо должно быть полностью покрыто маринадом, включая верхние слои. Поставьте посуду в холодильник и маринуйте 6-12 часов (или оставьте на ночь). Переворачивайте нарезку несколько раз, чтобы она хорошо промариновалась.

Сушка

Стряхните излишки маринада с кусочков и разложите их на подносах дегидратора одним слоем. Сушите при температуре 155 F (68 C) примерно 4-6 часов. При необходимости время от времени удаляйте жирные капли, которые появляются на поверхности.

Проверять на готовность надо всегда охлажденные кусочки. Хорошо просушенная вяленина при сгибании должна трескаться, но не ломаться.

Хранение

Упакуйте охлажденную вяленину в герметичную посуду или вакуумные пакеты. Для лучшей сохранности вкусовых качеств упаковывайте вяленину небольшими партиями и храните в прохладном, темном и сухом месте. Если вы заметите, что внутри посуды образуется влага в виде капелек, значит вяленина не просушилась и может заплесневеть. Сушите дольше.

Говяжья вяленина

Для изготовления говяжьей вяленины идеально подходит боковая или бедренная части туши и филейная нарезка. Кроме высокого содержания белка, говядина отличается большим количеством фосфора, железа и рибофлавина.

Дичь

Оленина, медвежатина и мясо лося очень хорошо подходят для приготовления вяленины, прежде всего потому, что не имеют вкраплений жира. Идеально подходят боковая и бедренная части туши. Перед сушкой мясо диких зверей должно быть заморожено в течение

60 дней при температура 0 F (-18 C). Эта мера убивает все болезнетворные бактерии, которые могут быть в мясе. Готовьте по рецепту для говяжьей вяленины.

Мясо домашней птицы

Попробуйте приготовить что-то необычное: вяленину из вареного мяса курицы или индейки. Для такой вяленины вы можете использовать тот же маринад, что и для говядины. Так как мясо птицы очень волокнистое, ожидайте, что вяленина по сравнению с говядиной получится более твердой и ломкой. Сушите при температуре 155 F (68 C) до тех пор, пока кусочки полностью не просушатся (около 4 часов).

Вяленина из рыбы

Сушка рыбы - процесс достаточно сложный. Рыба для вяленины должна быть абсолютно свежей, чтобы не испортиться до того, как она высохнет. Нужно также обратить внимание на содержание жира в рыбе. Жирная или маслянистая рыба, например, тунец, портится очень быстро и в отличие от мяса из нее нельзя вырезать вкрапления жира. Лучше не использовать подобные виды рыб для сушки (см. таблицу ниже).

Маринад

Приготовьте холодный маринад из 3/4 чашки соли (1 чашка = 240 мл) и 1,5 л воды. Погрузите в него рыбу на полчаса. Тщательно промойте рыбу, удалив все остатки соли. Разложите кусочки на разделочной доске. Обваляйте их в сухой смеси соли и приправ. Положите рыбу в герметичную посуду или пластиковый контейнер. Поставьте в холодильник на 6-10 часов.

Достаньте рыбу из холодильника и стряхните излишки приправ. Разложите кусочки на подносы дегидрататора так, чтобы они не прикасались друг к другу. Сушите при температуре 155 F (68 C) в течение 12-14 часов.

Тест на готовность

Если вы заметите мясистую часть охлажденного кусочка между большим и указательным пальцами, она не должна быть крошащейся или ломкой. В конце сушки понюхайте рыбу и попробуйте на вкус. Вяленина должна иметь слегка рыбный вкус и запах. Вяленина из рыбы должна содержать от 15% до 20% воды, и на ней не должно быть видимых влажных участков.

Хранение

Хранить так же, как и вяленину из говядины.

Рыба/Ракообразные	% Жира	Рыба/Ракообразные	% Жира
Сом *	5.2	Скорпена (морской окунь)	0.2
Треска	0.5	Лосось*	9.3
Горбыль	2.5	Морской окунь (лаврак)	1.6
Камбала	1.4	Сельдь морская	2.8
Черный палтус	3.5	Австралийский лосось	3.8
Морской окунь	1.0	Акула*	5.2
Пикша	0.5	Креветки	1.6
Палтус	4.3	Корюшка	2.0
Озерная форель*	11.1	Луциан	1.1
Макрель (скумбрия)*	9.9	Камбала	1.4
Морской (удильщик)	черт 1.5	Тунец*	5.1
Кефаль*	6.0	"Белая" рыба (сиг, тресковые)*	7.2
Золотистый морской окунь	1.4	Мерланг	1.3
Сайда	1.3	Желтый окунь	1.1
Радужная форель	6.8		

* не рекомендуется для сушки