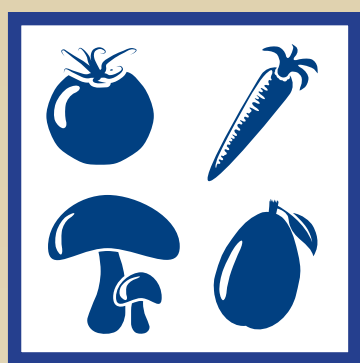


Experten-Tipps zum Trocknen von Obst und Gemüse[©]

Zubereitung



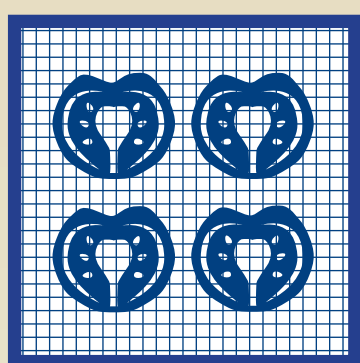
Zum Trocknen eignen sich z. B. Bohnen, Karotten, Erbsen, Pilze, Linsen, Tomaten, Pfirsiche, Aprikosen und Mangos.



Waschen und schälen Sie die Früchte.

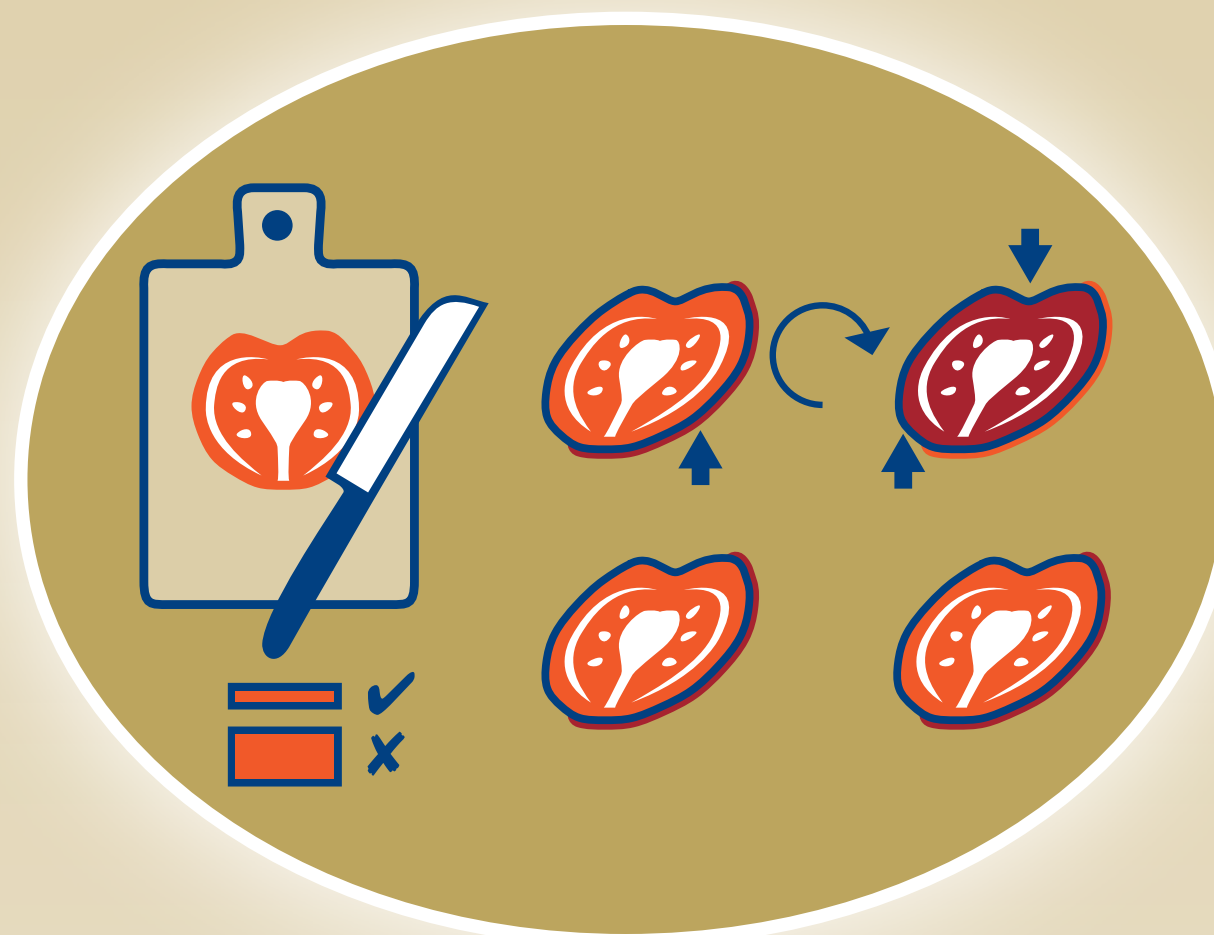


Damit das Obst seine helle Farbe behält, sollte man es vor dem Trocknen in Salzwasser (150 g/5 l) tauchen und dieses danach gründlich ablaufen lassen.



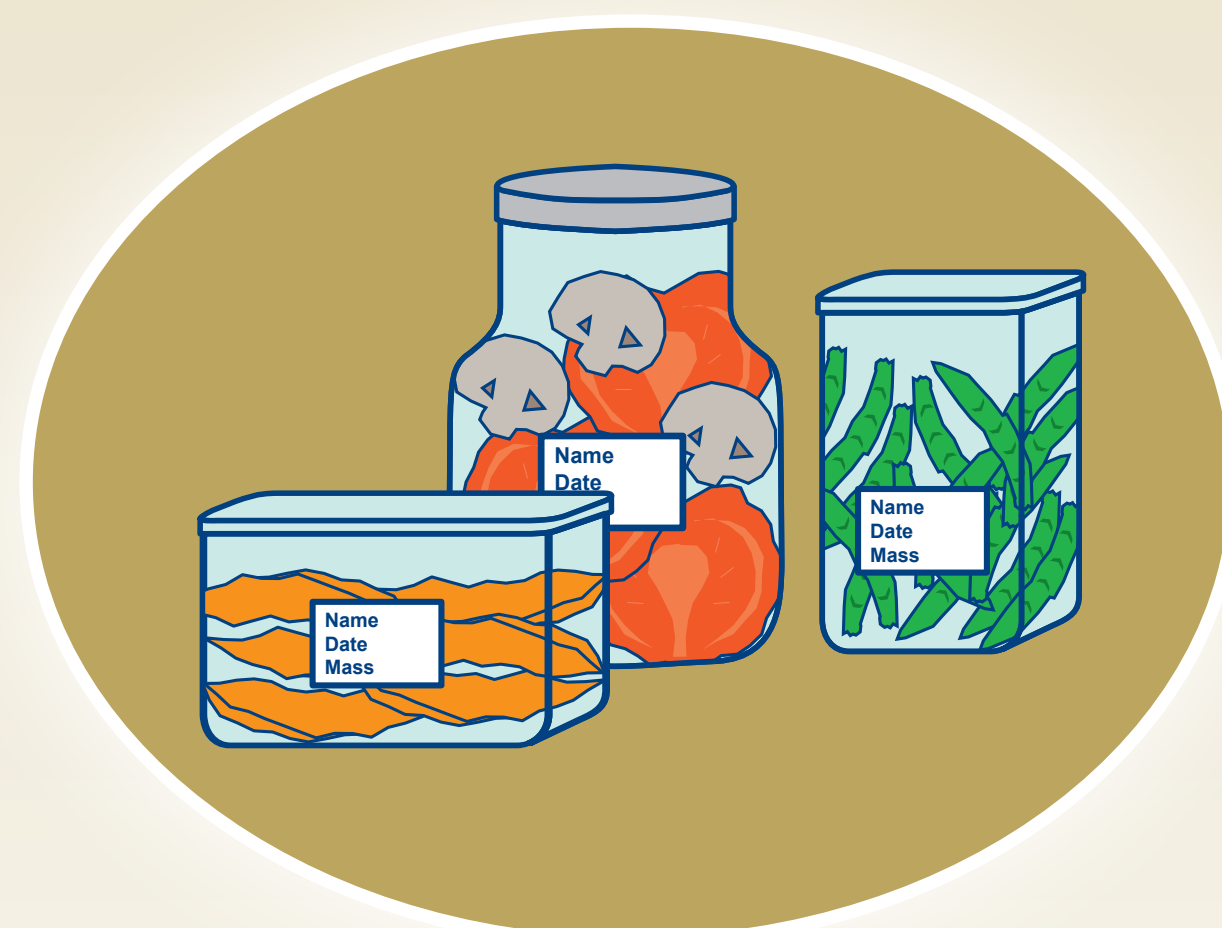
Breiten sie die Früchte gleichmäßig einlagig auf einem Gitter/Backblech aus. Decken Sie sie zum Schutz vor Insekten und Staub mit einem Netz ab.

Folgendes sollte beachtet werden



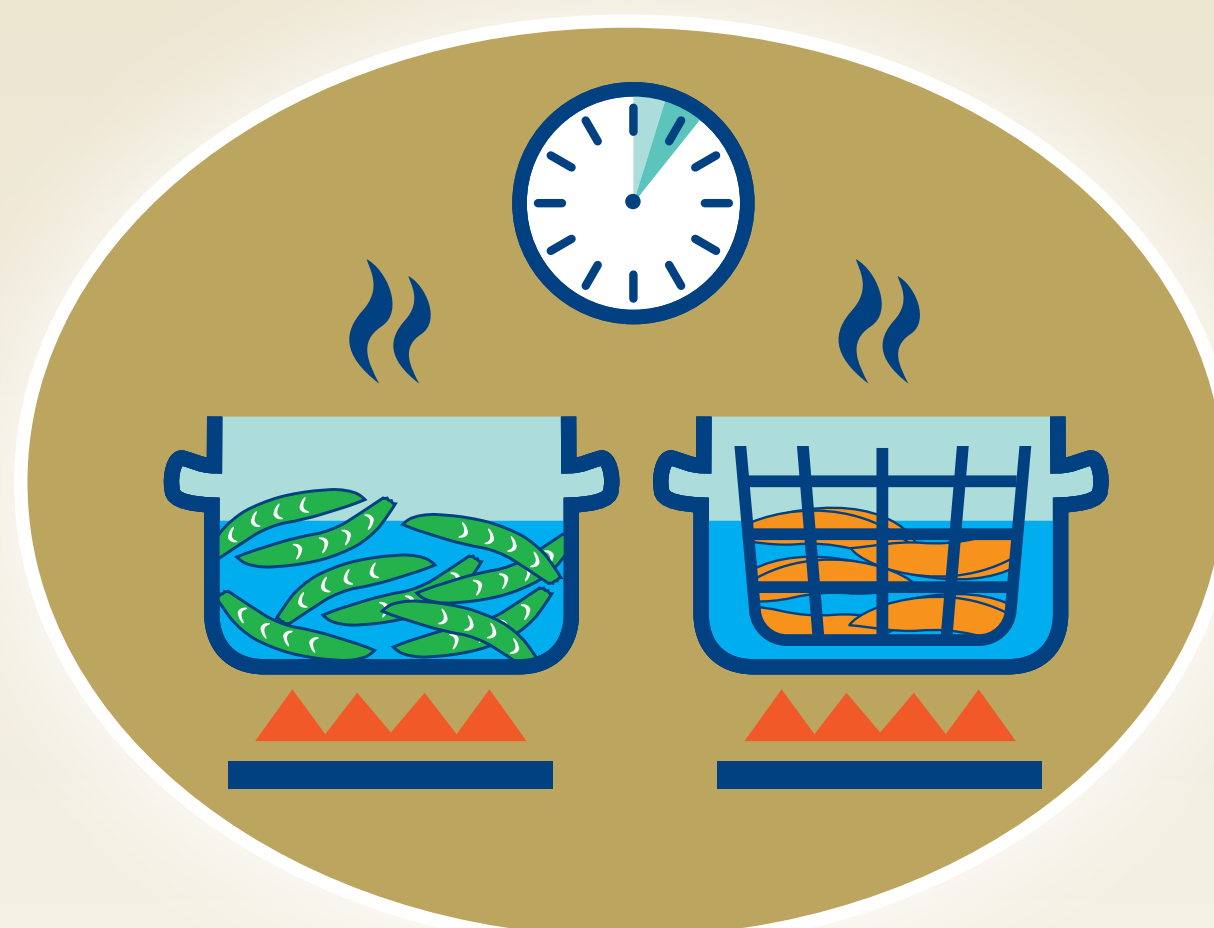
- Verwenden Sie nur frisches, reifes Obst und Gemüse von guter Qualität.
- Dünnere Stücke trocknen schneller und ergeben eine gute Qualität.
- Blanchieren bzw. kochen Sie die rohen Produkte für die empfohlene Zeit in kochendem Wasser.
- Wenden Sie die Stücke nach wenigen Tagen.
- Lagern Sie die getrockneten Produkte in luftdichten Behältern.

Aufbewahrung



- Verpacken Sie die getrockneten Produkte nicht sofort sondern stapeln Sie sie zunächst in einem Pappkarton, damit sich Feuchtigkeit gleichmäßig verteilen kann.
- Legen Sie das Behältnis mit Wachspapier aus bevor Sie das getrocknete Obst bzw. Gemüse hineingeben.
- Kontrollieren Sie Ihr Trockengut gelegentlich. Kann Feuchtigkeit in den Behälter eindringen, kann es sauer werden oder schimmeln.
- Beschriften Sie den Behälter (Name des Produktes, Herstellungsdatum, Gewicht).

Empfohlene Blanchierdauer



- Blanchieren oder kochen Sie festes Gemüse wie Bohnen für 5–6 Minuten und schrecken Sie es danach mit kaltem Wasser ab.
- Blanchieren Sie anderes Obst und Gemüse zum Schutz in einem Mulltuch oder Drahtkorb für 3–5 Minuten und schrecken Sie es danach ebenfalls sofort ab.

