

# Deshidratación: secado y liofilización

---

La técnica de conservación basada en la deshidratación elimina el agua de los alimentos y con ello la vida bacteriana. En esta lección encontrarás diferentes formas de hacer el secado: con máquina de secado, con horno, con microondas, o con otras fuentes de calor. También explicaremos la liofilización, una técnica aparentemente novedosa pero que la naturaleza ya había creado hace siglos. Conocerás los ingredientes a los que podemos aplicar la deshidratación, por ejemplo: frutas, vegetales, hierbas, o granos como el café.

## Preparación

---

Para la técnica del secado: Dejamos secar en contacto con el aire, en lugares secos, que no tengan nada de humedad. Se puede realizar en máquinas de secado: con temperaturas que oscilan entre los 50° y los 70°, con aire en movimiento para que el secado se realice de forma correcta. Ideal para ingredientes como frutas, setas y otros vegetales. Si no tenemos máquina de secado se puede realizar esta técnica usando el horno, u otras fuentes de calor, como una estufa o un radiador. Siguiendo la técnica del secado se puede realizar cocción también: Podemos pincelar con almíbar (50% de agua y 50% de azúcar) láminas finas de fruta para hornearlas y secarlas, logrando que el azúcar cristalice (sin oxidación en la fruta) y obteniendo una textura crujiente. Desecado en microondas (perejil): Se pincela con aceite un plato y adherimos unas hojas. Colocamos el plato en el microondas a una potencia de 600 vatios durante un minuto. Dejamos reposar otro minuto, y repetimos la acción de microondas y reposo 3 o 4 veces hasta que este seco y crujiente. Liofilización: Retiramos el agua de un producto logrando que pase del estado congelado directamente al estado gaseoso, sin pasar por el estado líquido. Y eso lo logramos con la presión de la máquina de vacío que absorbe el agua.

## Ingredientes

---

Frutas (para hacer desecadas o pasas)

Hierbas y vegetales (Ñoras o setas)

Café (liofilizado)

## Utensilios

---

Máquina de secado

Horno

Horno microondas

Fuente de calor (estufa o similares)

Placas de horno

Boles

Congelador  
Máquina de vacío

## Instructor destacado

---



Jordi Cruz

ARCOS

 **BOSCH**  
Innovación para tu vida

  
**SUPERMERCAD**