

COSORI™

**DESHIDRATADOR DE ALIMENTOS DE 5 BANDEJAS PIONEER
CFD-N051-W**

Recetas



¡Gracias por tu compra!



Esperamos que te guste tu nuevo deshidratador de alimentos tanto como a nosotros



únete

a la Comunidad Cosori Cooks en Facebook
facebook.com/groups/cosoricooks



explora

nuestra galería de recetas
www.cosori.com/recipes



disfruta

las recetas destacadas de cada semana
exclusivamente preparadas por nuestros chefs



CONTACTA CON NUESTROS CHEFS

Nuestros chefs te ayudarán con cualquier duda que puedas tener.

Correo electrónico: recipes@cosori.com

El equipo de Cosori te desea

¡que disfrutes cocinando!

Índice

- 4 Consejos del chef
- 6 Hoja de resumen

Cecinas

- 9 Cecina de ternera
- 10 Cecina de ternera en salsa teriyaki
- 11 Bulgogi de cecina de ternera
- 12 Cecina de ternera con mostaza balsámica
- 12 Cecina de ternera con salsa picante Buffalo
- 13 Beicon dulce y picante confitado
- 14 Cecina de beicon para desayunar
- 15 Cecina de cerdo en salsa chipotle
- 16 Cecina de jalapeños a la lima
- 17 Cecina con salsa de chili picante y miel
- 18 Cecina en salsa de soja y ajo
- 19 Cecina con curry tailandés
- 20 Cecina ahumada al sirope de arce
- 21 Cecina al estilo jamaicano
- 22 Cecina al estilo barbacoa brasileña
- 23 Cecina de cerdo agridulce
- 24 Cecina dulce y picante
- 25 Cecina de cerdo al estilo Carolina
- 26 Cecina de ternera al estilo vietnamita
- 27 Cecina a la pimienta
- 28 Cecina de salmón ahumado
- 29 Cecina de salmón en salsa teriyaki
- 30 Cecina de pescado con limón y eneldo
- 31 Cecina de bacalao al estilo cajún
- 31 Cecina de tofu con salsa de chili picante
- 32 Cecina de tofu con esencias de ajo
- 33 Yemas de huevo deshidratadas

Frutas

- 35 Melocotones con miel al whisky
- 36 Plátanos bañados en chocolate
- 37 Chips de manzana a la canela
- 38 Rollitos de frambuesa
- 39 Rollitos de moras
- 40 Rollitos de frutos rojos
- 41 Rollitos de moras y arándanos
- 42 Rollitos de albaricoque y melocotón
- 43 Rollitos de uvas y ciruelas

Aperitivos

- 45 Rodajitas de calabacín
- 46 Crujiente de col rizada con ajo
- 47 Crujiente de col rizada al estilo turco
- 48 Láminas de zanahoria en salsa ranchera
- 49 Almendras dulces y picantes
- 50 Patatas fritas deshidratadas
- 50 Patatas fritas con sal y vinagre
- 51 Galletitas de maíz crudo
- 52 Galletitas de semillas
- 53 Galletitas de ajo con cebolla verde

Dulces

- 55 Galletas de uvas pasas con avena
- 56 Galletas de almendra con chocolate
- 57 Galletas de almendra con arándanos
- 58 Galletas de anacardos con chocolate

Consejos del chef

Este práctico libro de recetas muestra cómo sacarle el máximo partido al deshidratador de alimentos Cosori.

Limpeza de las bandejas

- Deja las bandejas en remojo en agua caliente con jabón para eliminar fácilmente los residuos de alimentos que haya entre las ranuras.
- Si no dispones de un fregadero grande en el que sumergir las bandejas, limpia los residuos con un cepillo de cerdas suaves.

Limpeza de la base

- Retira los trozos de alimentos que hayan podido caer en la base.
- Humedece una bayeta limpia con agua templada y limpia los residuos de alimentos que haya en la base del deshidratador.
- Asegúrate de secar bien la base antes de usar de nuevo el deshidratador. No sumerjas la bandeja de la base en agua.

Qué hacer con los alimentos rancios

- ¿Tienes galletas, tortitas, cereales o láminas crujientes que estén rancios? ¿Echas de menos ese fantástico crujido? No hay problema. Puedes conseguir que tus alimentos vuelvan a estar crujientes fácilmente. Colócalos en las bandejas del deshidratador formando una sola capa y deshidrátalos a 65 °C (150 °F) durante 1 o 2 horas.
- Deshidrata rebanadas de pan rancio para hacer pan rallado. Deshidrata rebanadas de pan rancio a 50 °C (125 °F) entre 4 y 6 horas, y luego procesálas en un procesador de alimentos.

Almacenamiento

- Conserva los alimentos deshidratados en recipientes herméticos, frascos de conserva o incluso bolsitas para congelar alimentos. No los guardes directamente en recipientes metálicos.
- Si los guardas en bolsitas para congelar, asegúrate de extraer el aire al máximo antes de cerrarlas.
- Los alimentos están calientes después de deshidratarlos. Antes de almacenarlos, asegúrate de dejar enfriar la comida entre 30 minutos y 1 hora, o hasta que esté completamente a temperatura ambiente.
- Si se forma condensación dentro de los recipientes, significa que los alimentos no se deshidrataron durante el tiempo suficiente. Tan solo tienes que volver a colocarlos en el deshidratador durante algo más de tiempo.
- La temperatura de almacenamiento debe ser de 10 °C (50 °F) como máximo.
- Puedes conservar frutas, verduras, especias, frutos secos y pan deshidratados durante 1 año como máximo en el frigorífico o congelador.
- Las carnes, las aves y los pescados deshidratados solo se deben conservar durante 3 meses, si se mantienen en el frigorífico, o durante 1 año como máximo, si es en el congelador.

Consejos del chef (cont.)

Deshidratado de alimentos

- Añade zumo de limón a la fruta (plátanos, manzanas, etc.) para evitar que se oxide. Exprime zumo de limón sobre la fruta o déjala reposar en una solución de zumo de limón y agua durante 5 minutos antes de deshidrarla.
- Cuando prepares cecina, elige carnes magras o quita la grasa de las carnes grasas. La grasa se puede volver rancia y afectar a la calidad de los alimentos.
- Al deshidratar verduras, asegúrate de escaldarlas primero durante 1 minuto. Este proceso les ayudará a mantener el color, el sabor y la textura.
- Corta los alimentos en trozos de igual tamaño. Así conseguirás que todos los alimentos acaben de deshidratarse al mismo tiempo. Puedes congelar la carne parcialmente para cortarla de manera uniforme. Para cortar frutas o verduras, utiliza una mandolina.
- No intentes deshidratar los alimentos más rápido subiendo la temperatura. Esto puede provocar que se deshidraten en exceso por fuera y de manera irregular por dentro.
- Si los alimentos tienen un aspecto blando o esponjoso, colócalos de nuevo en el deshidratador durante un tiempo adicional. El resultado ideal es que estén duros y firmes.
- Los tiempos de deshidratación pueden diferir en función de la humedad y la temperatura locales, la humedad y la temperatura en el interior de tu casa, el contenido de agua de los alimentos y el tamaño de la comida.

Guía de deshidratación

Temperatura	Usos
35 °C	Hierbas y flores
50 °C	Verduras
55 °C	Cáscara de cítrico
60 °C	Fruta y pescado
65 °C	Frutos secos y semillas
75 °C	Carne, hortalizas de raíz, rollitos de fruta

Hoja de resumen

Alimento	Tipo	Preparación	Textura	Tiempo de deshidratación (horas)
Manzanas	Fruta	Pelar, quitar el corazón y cortar en aros	Flexible	5 – 6
Albaricoques	Fruta	Cortar por la mitad o en láminas y quitar el hueso	Flexible	12 – 24
Plátanos	Fruta	Pelar y cortar en láminas de 6 mm de grosor	Crujiente	8 – 24
Cerezas	Fruta	Cortar por la mitad y quitar el hueso	Coriácea	8 – 36
Arándanos	Fruta	Dejar enteros	Flexible	6 – 30
Dátiles	Fruta	Quitar el hueso y cortar en láminas	Coriácea	6 – 24
Higos	Fruta	Cortar en láminas	Coriácea	6 – 24
Uvas	Fruta	Dejar enteras	Flexible	8 – 38
Mangos	Fruta	Pelar y cortar en láminas de 1 cm de grosor	Flexible	6 – 16
Nectarinas	Fruta	Cortar por la mitad o en láminas y quitar el hueso	Flexible	8 – 26
Melocotones	Fruta	Pelar, quitar el hueso y cortar en láminas	Flexible	12 – 20
Peras	Fruta	Pelar y cortar en láminas	Flexible	10 – 24
Fresas	Fruta	Quitar el tallo y cortar en láminas de 1 cm de grosor	Frágil	8 – 24
Cáscara de naranja	Cáscara de cítrico	Pelar en tiras largas	Frágil	8 – 16
Cáscara de limón	Cáscara de cítrico	Pelar en tiras largas	Frágil	8 – 16
Cáscara de lima	Cáscara de cítrico	Pelar en tiras largas	Frágil	8 – 16

Alimento	Tipo	Preparación	Textura	Tiempo de deshidratación (horas)
Cebollino	Especias	Trocear	Frágil	6 – 10
Romero	Especias	Dejar el tallo	Frágil	6 – 10

Alimento	Tipo	Preparación	Textura	Tiempo de deshidratación (horas)
Almendras	Frutos secos	Dejar en remojo 8 horas	Crujiente	18 – 24

Hoja de resumen

Alimento	Tipo	Preparación	Textura	Tiempo de deshidratación (horas)
Espárragos	Verdura	Cortar en tiras de 5 cm de largo	Frágil	6 – 14
Coles de Bruselas	Verdura	Cortar el tallo y partirlas por la mitad	Crujiente	8 – 30
Brócoli	Verdura	Quitar el tallo, cortar y hervir hasta que esté tierno (3 a 5 minutos)	Frágil	6 – 20
Col	Verdura	Quitar corazón y tallo, y cortar en tiras de 3 mm	Coriácea	6 – 14
Coliflor	Verdura	Quitar el tallo, cortar y hervir hasta que esté tierna (3 a 5 minutos)	Coriácea	6 – 16
Apio	Verdura	Cortar en láminas de 6 mm	Frágil	6 – 14
Pepino	Verdura	Cortar en láminas de 12 mm de grosor	Coriácea	6 – 18
Berenjena	Verdura	Quitar el tallo y cortar en láminas de entre 6 y 12 mm de grosor	Frágil	6 – 18
Ajo	Verdura	Pelar el diente y cortar el extremo	Frágil	6 – 16
Judías verdes	Verdura	Cortar los extremos y escaldar	Frágil	8 – 26
Setas	Verdura	Cortar en láminas, trocear o dejar enteros	Coriácea	6 – 14
Cebollas	Verdura	Cortar en láminas finas o trocear	Frágil	8 – 14
Guisantes	Verdura	Escaldar durante 3 a 5 minutos	Frágil	8 – 14
Pimientos	Verdura	Quitar las semillas y cortar en tiras o aros de 6 mm	Frágil	6 – 14
Ruibarbo	Verdura	Pelar y cortar en trozos de 3 mm de grosor	Frágil	8 – 38
Espinacas	Verdura	Escaldar hasta ablandarse	Frágil	6 – 16
Tomates	Verdura	Pelar y cortar en láminas	Coriácea	8 – 24
Calabacín	Verdura	Cortar en láminas de 3 mm de grosor	Crujiente	8 – 18
Remolacha	Hortaliza de raíz	Escaldar, enfriar, quitar parte superior e inferior, cortar en láminas	Frágil	8 – 26
Zanahorias	Hortaliza de raíz	Quitar el tallo, cortar y hervir hasta que esté tierna (3 a 5 minutos)	Coriácea	6 – 12
Patatas	Hortaliza de raíz	Cortar en láminas, dados o trozos Hervir o escaldar durante 8 a 10 minutos	Frágil	10 – 14



Cecinas



CECINA DE TERNERA

CANTIDAD

4 raciones

PREPARACIÓN

12 horas

10 minutos

DESHIDRATACIÓN

6 horas

1 kilogramo de redondo de ternera

Marinado

118 ml de salsa inglesa
(Worcestershire)

118 ml de salsa de soja

15 ml de miel

6 g de sal

1. **Cortar** la ternera de forma perpendicular a las vetas en láminas de 5 mm de grosor y apartar.
2. **Mezclar** bien la salsa inglesa, la salsa de soja, la miel y la sal.
3. **Colocar** la ternera troceada y el marinado en una bolsa de plástico que se pueda sellar. Mezclarlo todo bien.
4. **Marinar** en el frigorífico durante 12 horas o toda la noche.
5. **Verter** el líquido y desechar el marinado.
6. **Colocar** la ternera marinada de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
7. **Configurar** la temperatura a 75 °C durante 6 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
8. **Sacar** cuando esté listo. La cecina debería doblarse y no partirse por la mitad.
9. **Dejar** enfriar a temperatura ambiente en las bandejas y servir.

CECINA DE TERNERA EN SALSA TERIYAKI

CANTIDAD

4 raciones

PREPARACIÓN

12 horas

10 minutos

DESHIDRATACIÓN

6 horas

2 kilogramos de redondo de ternera

Marinado

118 ml de salsa de soja

50 g de azúcar moreno

1 g de jengibre rallado

1 diente de ajo machacado

59 ml de zumo de piña

1. **Cortar** la ternera de forma perpendicular a las vetas en láminas de 5 mm de grosor y apartar.
2. **Mezclar** bien la salsa de soja, el azúcar moreno, el jengibre, el ajo y el zumo de piña.
3. **Colocar** la ternera troceada y el marinado en una bolsa de plástico que se pueda sellar. Mezclarlo todo bien.
4. **Marinar** en el frigorífico durante 12 horas o toda la noche.
5. **Verter** el líquido y desechar el marinado.
6. **Colocar** la ternera marinada de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
7. **Configurar** la temperatura a 75 °C durante 6 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
8. **Sacar** cuando esté listo. La cecina debería doblarse y no partirse por la mitad.
9. **Dejar** enfriar a temperatura ambiente en las bandejas y servir.



BULGOGI DE CECINA DE TERNERA

CANTIDAD

4 raciones

PREPARACIÓN

12 horas

10 minutos

DESHIDRATACIÓN

6 horas

1 kilogramo de redondo de ternera

Marinado

59 ml de salsa de soja

50 g de azúcar moreno

15 ml de aceite de sésamo

5 g de ajo en polvo

6 g de sal

1. **Cortar** la ternera de forma perpendicular a las vetas en láminas de 5 mm de grosor y apartar.
2. **Mezclar** bien la salsa de soja, el azúcar moreno, el aceite de sésamo, el ajo en polvo y la sal.
3. **Colocar** la ternera troceada y el marinado en una bolsa de plástico que se pueda sellar. Mezclarlo todo bien.
4. **Marinar** en el frigorífico durante 12 horas o toda la noche.
5. **Verter** el líquido y desechar el marinado.
6. **Colocar** la ternera marinada de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
7. **Configurar** la temperatura a 75 °C durante 6 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
8. **Sacar** cuando esté listo. La cecina debería doblarse y no partirse por la mitad.
9. **Dejar** enfriar a temperatura ambiente en las bandejas y servir.

CECINA DE TERNERA CON MOSTAZA BALSÁMICA

CANTIDAD

4 raciones

PREPARACIÓN

12 horas

10 minutos

DESHIDRATACIÓN

6 horas

1 kilogramo de redondo de ternera

Marinado

237 ml de vinagre balsámico

30 ml de aceite de oliva

15 ml de mostaza de Dijon

2 dientes de ajo machacados

6 g de sal

1. **Cortar** la ternera de forma perpendicular a las vetas en láminas de 5 mm de grosor y apartar.
2. **Mezclar** bien el vinagre balsámico, el aceite de oliva, la mostaza de Dijon, el ajo y la sal.
3. **Colocar** la ternera troceada y el marinado en una bolsa de plástico que se pueda sellar. Mezclarlo todo bien.
4. **Marinar** en el frigorífico durante 12 horas o toda la noche.
5. **Verter** el líquido y desechar el marinado.
6. **Colocar** la ternera en láminas de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
7. **Configurar** la temperatura a 75 °C durante 6 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
8. **Sacar** cuando esté listo. La cecina debería doblarse y no partirse por la mitad.
9. **Dejar** enfriar a temperatura ambiente en las bandejas y servir.

CECINA DE TERNERA CON SALSA PICANTE BUFFALO

CANTIDAD

4 raciones

PREPARACIÓN

12 horas

10 minutos

DESHIDRATACIÓN

6 horas

1 kilogramo de redondo de ternera

Marinado

237 ml de salsa picante Buffalo

6 g de sal

1. **Cortar** la ternera de forma perpendicular a las vetas en láminas de 5 mm de grosor y apartar.
2. **Mezclar** bien la salsa picante Buffalo y la sal.
3. **Colocar** la ternera troceada y el marinado en una bolsa de plástico que se pueda sellar. Mezclarlo todo bien.
4. **Marinar** en el frigorífico durante 12 horas o toda la noche.
5. **Verter** el líquido y desechar el marinado.
6. **Colocar** la ternera marinada de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
7. **Configurar** la temperatura a 75 °C durante 6 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
8. **Sacar** cuando esté listo. La cecina debería doblarse y no partirse por la mitad.
9. **Dejar** enfriar a temperatura ambiente en las bandejas y servir.



BEICON DULCE Y PICANTE CONFITADO

CANTIDAD

4 raciones

PREPARACIÓN

12 horas

10 minutos

DESHIDRATACIÓN

6 horas

10 tiras de beicon

Marinado

45 ml de salsa de soja

38 g de azúcar moreno

30 ml de salsa de ajo picante

10 ml de aceite de sésamo

10 ml de mirin

1. **Cortar** las tiras de beicon por la mitad o en tres trozos y apartar.
2. **Mezclar** bien la salsa de soja, el azúcar moreno, la salsa de ajo picante, el aceite de sésamo y el mirin.
3. **Colocar** el beicon cortado y el marinado en una bolsa de plástico que se pueda sellar. Mezclarlo todo bien.
4. **Marinar** en el frigorífico durante 12 horas o toda la noche.
5. **Verter** el líquido y desechar el marinado.
6. **Colocar** el beicon de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
7. **Configurar** la temperatura a 75 °C durante 6 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
8. **Sacar** cuando esté listo.
9. **Dejar** enfriar a temperatura ambiente en las bandejas y servir.

CECINA DE BEICON PARA DESAYUNAR

CANTIDAD

4 raciones

PREPARACIÓN

10 minutos

DESHIDRATACIÓN

6 horas

10 tiras de beicon ahumado de

Applewood

4 g de azúcar moreno

6 g de semillas de hinojo molidas

Una pizca de tomillo seco

Una pizca de salvia seca

Una pizca de pimienta roja molida

Una pizca de pimienta negra

Una pizca de ajo en polvo

Una pizca de cebolla en polvo

1. **Cortar** las tiras de beicon por la mitad o en tres trozos y apartar.
2. **Mezclar** bien todos los condimentos.
3. **Espolvorear** la mezcla de aderezos generosamente por ambas caras del beicon.
4. **Colocar** el beicon cortado de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
5. **Configurar** la temperatura a 75 °C durante 6 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
6. **Sacar** cuando esté listo. La cecina debería doblarse y no partirse por la mitad.
7. **Dejar** enfriar a temperatura ambiente en las bandejas y servir.



CECINA DE CERDO EN SALSA CHIPOTLE

CANTIDAD

2 raciones

PREPARACIÓN

12 horas

10 minutos

DESHIDRATACIÓN

6 horas

450 g de solomillo de cerdo

Marinado

1 bote de salsa de adobo chipotle
(220 g)

14 g de puré de tomate

6 g de sal

4 g de azúcar

2 g de ajo en polvo

Utensilios necesarios

Batidora o procesador de alimentos

1. **Cortar** el solomillo en láminas de 5 mm de grosor y apartar.
2. **Mezclar** la salsa de adobo chipotle, el puré de tomate, la sal, el azúcar y el ajo en polvo en una batidora o procesador de alimentos hasta conseguir una pasta suave.
3. **Colocar** el solomillo laminado y el marinado de salsa chipotle en una bolsa de plástico que se pueda sellar y mezclar bien.
4. **Marinar** en el frigorífico durante 12 horas o toda la noche.
5. **Verter** el líquido y desechar el marinado.
6. **Colocar** el cerdo en láminas de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
7. **Configurar** la temperatura a 70 °C durante 6 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
8. **Sacar** cuando esté listo. La cecina debería doblarse y no partirse por la mitad.
9. **Dejar** enfriar a temperatura ambiente en las bandejas y servir.



CECINA DE JALAPEÑOS A LA LIMA

CANTIDAD

4 raciones

PREPARACIÓN

12 horas

10 minutos

DESHIDRATACIÓN

6 horas

1 kilogramo de redondo de ternera

Marinado

12 jalapeños sin pepitas

Zumo de 4 limas

17 g de cilantro fresco

4 cebolletas troceadas

2 dientes de ajo

6 g de sal

14 g de comino molido

2 g de pimienta roja molida

1 g de pimienta negra

Utensilios necesarios

Batidora o procesador de alimentos

1. **Cortar** la ternera de forma perpendicular a las vetas en láminas de 5 mm de grosor y apartar.
2. **Mezclar** los jalapeños, el zumo de lima, el cilantro, las cebolletas, el ajo, la sal, el comino, la pimienta roja molida y la pimienta negra en una batidora o un procesador de alimentos hasta conseguir una pasta suave.
3. **Colocar** la ternera troceada y el marinado en una bolsa de plástico que se pueda sellar. Mezclarlo todo bien.
4. **Marinar** en el frigorífico durante 12 horas o toda la noche.
5. **Verter** el líquido y desechar el marinado.
6. **Colocar** la ternera en láminas de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
7. **Configurar** la temperatura a 75 °C durante 6 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
8. **Sacar** cuando esté listo. La cecina debería doblarse y no partirse por la mitad.
9. **Dejar** enfriar a temperatura ambiente en las bandejas y servir.



CECINA CON SALSA DE CHILI PICANTE Y MIEL

CANTIDAD

4 raciones

PREPARACIÓN

12 horas

10 minutos

DESHIDRATACIÓN

6 horas

1 kilogramo de redondo de ternera

Marinado

237 ml de salsa de chili picante

90 ml de miel

20 ml de vinagre de vino de arroz

6 g de sal

1. **Cortar** la ternera de forma perpendicular a las vetas en láminas de 5 mm de grosor y apartar.
2. **Mezclar** bien la salsa de chili picante, la miel, el vinagre y la sal.
3. **Colocar** la ternera troceada y el marinado en una bolsa de plástico que se pueda sellar. Mezclarlo todo bien.
4. **Marinar** en el frigorífico durante 12 horas o toda la noche.
5. **Verter** el líquido y desechar el marinado.
6. **Colocar** la ternera en láminas de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
7. **Configurar** la temperatura a 75 °C durante 6 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
8. **Sacar** cuando esté listo. La cecina debería doblarse y no partirse por la mitad.
9. **Dejar** enfriar a temperatura ambiente en las bandejas y servir.



CECINA EN SALSA DE SOJA Y AJO

CANTIDAD

4 raciones

PREPARACIÓN

12 horas

10 minutos

DESHIDRATACIÓN

6 horas

1 kilogramo de redondo de ternera

Marinado

158 ml de salsa de soja

15 ml de salsa inglesa
(Worcestershire)

8 g de ajo en polvo

50 g de azúcar moreno

3 g de sal

1. **Cortar** la ternera de forma perpendicular a las vetas en láminas de 5 mm de grosor y apartar.
2. **Mezclar** bien la salsa de soja, la salsa inglesa (Worcestershire), el ajo en polvo, el azúcar moreno y la sal.
3. **Colocar** la ternera troceada y el marinado en una bolsa de plástico que se pueda sellar. Mezclarlo todo bien.
4. **Marinar** en el frigorífico durante 12 horas o toda la noche.
5. **Verter** el líquido y desechar el marinado.
6. **Colocar** la ternera en láminas de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
7. **Configurar** la temperatura a 75 °C durante 6 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
8. **Sacar** cuando esté listo. La cecina debería doblarse y no partirse por la mitad.
9. **Dejar** enfriar a temperatura ambiente en las bandejas y servir.



CECINA CON CURRY TAILANDÉS

CANTIDAD

4 raciones

PREPARACIÓN

12 horas

10 minutos

DESHIDRATACIÓN

6 horas

450 g de solomillo de cerdo

Marinado

45 ml de pasta tailandesa de curry rojo

30 ml de salsa de pescado asiática

1 tallo de citronela (solo la parte blanca), troceado

1 diente de ajo

4 g de azúcar moreno

30 ml de agua

Una pizca de sal

Utensilios necesarios

Batidora o procesador de alimentos

1. **Cortar** el solomillo en láminas de 5 mm de grosor y apartar.
2. **Mezclar** la pasta de curry, la salsa de pescado, la citronela, el ajo, el azúcar moreno, el agua y la sal en una batidora o un procesador de alimentos hasta conseguir una pasta suave.
3. **Colocar** el solomillo laminado y el marinado en una bolsa de plástico que se pueda sellar y mezclar bien.
4. **Marinar** en el frigorífico durante 12 horas o toda la noche.
5. **Verter** el líquido y desechar el marinado.
6. **Colocar** el cerdo en láminas de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
7. **Configurar** la temperatura a 70 °C durante 6 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
8. **Sacar** cuando esté listo. La cecina debería doblarse y no partirse por la mitad.
9. **Dejar** enfriar a temperatura ambiente en las bandejas y servir.



CECINA AHUMADA AL SIROPE DE ARCE

CANTIDAD

4 raciones

PREPARACIÓN

12 horas

10 minutos

DESHIDRATACIÓN

6 horas

1 kilogramo de redondo de ternera

Marinado

118 ml de sirope de arce

59 ml de salsa de soja

5 ml de salsa líquida ahumada

2 g de ajo en polvo

2 g de cebolla en polvo

3 g de sal

Una pizca de pimienta negra

1. **Cortar** la ternera de forma perpendicular a las vetas en láminas de 5 mm de grosor y apartar.
2. **Mezclar** bien el sirope de arce, la salsa de soja, la salsa líquida ahumada, el ajo en polvo, la cebolla en polvo, la sal y la pimienta negra.
3. **Colocar** la ternera troceada y el marinado en una bolsa de plástico que se pueda sellar. Mezclarlo todo bien.
4. **Marinar** en el frigorífico durante 12 horas o toda la noche.
5. **Verter** el líquido y desechar el marinado.
6. **Colocar** la ternera en láminas de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
7. **Configurar** la temperatura a 75 °C durante 6 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
8. **Sacar** cuando esté listo. La cecina debería doblarse y no partirse por la mitad.
9. **Dejar** enfriar a temperatura ambiente en las bandejas y servir.



CECINA AL ESTILO JAMAICANO

CANTIDAD

4 raciones

PREPARACIÓN

12 horas

10 minutos

DESHIDRATACIÓN

6 horas

1 kilogramo de redondo de ternera de la parte alta

Marinado

118 ml de zumo natural de lima

59 ml de vinagre blanco destilado

25 g de azúcar moreno

12 g de sal

4 g de jengibre rallado

4 dientes de ajo rallados

4 g de cebolla en polvo

4 g de pimienta negra molida

4 g de tomillo seco

2 g de pimienta inglesa molida

2 g de pimienta de cayena

1 g de canela molida

1 g de pimentón ahumado

1. **Cortar** la ternera de forma perpendicular a las vetas en láminas de 5 mm de grosor y apartar.
2. **Mezclar** bien el zumo de limón, el vinagre, el azúcar, la sal, el jengibre, el ajo, la cebolla en polvo, la pimienta, el tomillo, la pimienta inglesa molida, la pimienta de cayena, la canela y el pimentón.
3. **Colocar** la ternera troceada y el marinado en una bolsa de plástico que se pueda sellar. Mezclarlo todo bien.
4. **Marinar** en el frigorífico durante 12 horas o toda la noche.
5. **Verter** el líquido y desechar el marinado.
6. **Colocar** la ternera en láminas de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
7. **Configurar** la temperatura a 75 °C durante 6 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
8. **Sacar** cuando esté listo. La cecina debería doblarse y no partirse por la mitad.
9. **Dejar** enfriar a temperatura ambiente en las bandejas y servir.



CECINA AL ESTILO BARBACOA BRASILEÑA

CANTIDAD

4 raciones

PREPARACIÓN

12 horas

10 minutos

DESHIDRATACIÓN

6 horas

1 kilogramo de redondo de ternera de la parte alta

Marinado

118 ml de zumo de lima

118 ml de aceite de oliva

6 g de sal

2 g de pimienta negra

4 dientes de ajo rallados

2 g de pimienta roja molida

4 g de comino molido

4 g de orégano seco

2 g de cebolla en polvo

2 g de semillas de cilantro molido

1. **Cortar** la ternera de forma perpendicular a las vetas en láminas de 5 mm de grosor y apartar.
2. **Mezclar** bien el zumo de lima, el aceite de oliva, la sal, la pimienta, el ajo, la pimienta roja molida, el comino, el orégano, la cebolla en polvo y el cilantro.
3. **Colocar** la ternera troceada y el marinado en una bolsa de plástico que se pueda sellar. Mezclarlo todo bien.
4. **Marinar** en el frigorífico durante 12 horas o toda la noche.
5. **Verter** el líquido y desechar el marinado.
6. **Colocar** la ternera en láminas de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
7. **Configurar** la temperatura a 75 °C durante 6 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
8. **Sacar** cuando esté listo. La cecina debería doblarse y no partirse por la mitad.
9. **Dejar** enfriar a temperatura ambiente en las bandejas y servir.



CECINA DE CERDO AGRIDULCE

CANTIDAD

4 raciones

PREPARACIÓN

12 horas

10 minutos

DESHIDRATACIÓN

6 horas

450 g de solomillo de cerdo

Marinado

59 ml de zumo de lima

30 ml de salsa de pescado asiática

25 g de azúcar moreno

1 chalote mediano rallado

2 dientes de ajo rallados

1 g de pimienta negra

1 g de sal

1. **Cortar** el solomillo en láminas de 5 mm de grosor y apartar.
2. **Mezclar** bien el zumo de lima, la salsa de pescado, el azúcar moreno, el chalote, el ajo, la pimienta negra y la sal.
3. **Colocar** el cerdo troceado y el marinado en una bolsa de plástico que se pueda sellar. Mezclarlo todo bien.
4. **Marinar** en el frigorífico durante 12 horas o toda la noche.
5. **Verter** el líquido y desechar el marinado.
6. **Colocar** la ternera en láminas de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
7. **Configurar** la temperatura a 70 °C durante 6 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
8. **Sacar** cuando esté listo. La cecina debería doblarse y no partirse por la mitad.
9. **Dejar** enfriar a temperatura ambiente en las bandejas y servir.



CECINA DULCE Y PICANTE

CANTIDAD

4 raciones

PREPARACIÓN

12 horas

10 minutos

DESHIDRATACIÓN

6 horas

1 kilogramo de redondo de ternera

Marinado

118 ml de salsa de soja

59 ml de salsa inglesa
(Worcestershire)

59 ml de ketchup

21 g de mostaza de Dijon

75 g de azúcar moreno

8 g de pimentón ahumado

6 g de chile molido

6 g de pimienta de cayena

2 g de ajo en polvo

2 g de cebolla en polvo

6 g de sal

1. **Cortar** la ternera de forma perpendicular a las vetas en láminas de 5 mm de grosor y apartar.
2. **Mezclar** bien la salsa de soja, la salsa inglesa (Worcestershire), el ketchup, la mostaza de Dijon, el azúcar moreno, el pimentón, el chile molido, la pimienta de cayena, el ajo en polvo, la cebolla en polvo y la sal.
3. **Colocar** la ternera troceada y el marinado en una bolsa de plástico que se pueda sellar. Mezclarlo todo bien.
4. **Marinar** en el frigorífico durante 12 horas o toda la noche.
5. **Verter** el líquido y desechar el marinado.
6. **Colocar** la ternera en láminas de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
7. **Configurar** la temperatura a 75 °C durante 6 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
8. **Sacar** cuando esté listo. La cecina debería doblarse y no partirse por la mitad.
9. **Dejar** enfriar a temperatura ambiente en las bandejas y servir.



CECINA DE CERDO AL ESTILO CAROLINA

CANTIDAD

2 raciones

PREPARACIÓN

12 horas

10 minutos

DESHIDRATACIÓN

6 horas

450 g de solomillo de cerdo

Marinado

118 ml de kétchup

2 g de pimentón ahumado

2 g de ajo en polvo

2 g de cebolla en polvo

2 g de chile molido

2 g de semillas de mostaza molidas

3 g de sal

1 g de pimienta negra

1. **Cortar** el solomillo en láminas de 5 mm de grosor y apartar.
2. **Mezclar** bien el kétchup, el pimentón, el ajo en polvo, la cebolla en polvo, el chile molido, la mostaza, la sal y la pimienta.
3. **Colocar** el cerdo troceado y el marinado en una bolsa de plástico que se pueda sellar. Mezclarlo todo bien.
4. **Marinar** en el frigorífico durante 12 horas o toda la noche.
5. **Verter** el líquido y desechar el marinado.
6. **Colocar** el cerdo en láminas de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
7. **Configurar** la temperatura a 70 °C durante 6 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
8. **Sacar** cuando esté listo. La cecina debería doblarse y no partirse por la mitad.
9. **Dejar** enfriar a temperatura ambiente en las bandejas y servir.

CECINA DE TERNERA AL ESTILO VIETNAMITA

CANTIDAD

4 raciones

PREPARACIÓN

12 horas

10 minutos

DESHIDRATACIÓN

6 horas

1 kilogramo de redondo de ternera

Marinado

45 ml de salsa de pescado

15 ml de salsa de soja

Zumo de 1 lima

50 g de azúcar moreno

1. **Cortar** la ternera contra las vetas en láminas de 5 mm de grosor y apartar.
2. **Mezclar** bien la salsa de pescado, la salsa de soja, el zumo de lima y el azúcar moreno en un cuenco.
3. **Colocar** la ternera y el marinado en una bolsa de plástico que se pueda sellar. Mezclarlo todo bien.
4. **Marinar** en el frigorífico durante 12 horas o toda la noche.
5. **Verter** el líquido y desechar el marinado.
6. **Colocar** la ternera en láminas de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
7. **Configurar** la temperatura a 75 °C durante 6 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
8. **Sacar** cuando esté listo. La cecina debería doblarse y no partirse por la mitad.
9. **Dejar** enfriar a temperatura ambiente en las bandejas y servir.



CECINA A LA PIMIENTA

CANTIDAD

4 raciones

PREPARACIÓN

12 horas

10 minutos

DESHIDRATACIÓN

6 horas

1 kilogramo de redondo de ternera de la parte alta

Marinado

118 ml de salsa de soja

59 ml de salsa inglesa

(Worcestershire)

5 g de pimienta negra

Una pizca de pimienta blanca

1. **Cortar** la ternera de forma perpendicular a las vetas en láminas de 5 mm de grosor y apartar.
2. **Mezclar** la salsa de soja, la salsa inglesa (Worcestershire), la pimienta negra y la pimienta blanca.
3. **Colocar** la ternera y el marinado en una bolsa de plástico que se pueda sellar. Mezclarlo todo bien.
4. **Marinar** en el frigorífico durante 12 horas o toda la noche.
5. **Verter** el líquido y desechar el marinado.
6. **Colocar** la ternera en láminas de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
7. **Configurar** la temperatura a 75 °C durante 6 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
8. **Sacar** cuando esté listo. La cecina debería doblarse y no partirse por la mitad.
9. **Dejar** enfriar a temperatura ambiente en las bandejas y servir.



CECINA DE SALMÓN AHUMADO

CANTIDAD

2 raciones

PREPARACIÓN

4 horas

10 minutos

DESHIDRATACIÓN

8 horas

570 g de salmón

Marinado

118 ml de salsa de soja

15 ml de melaza

15 ml de zumo de limón recién
exprimido

4 g de pimienta negra recién molida

5 ml de salsa líquida ahumada

1. **Cortar** el salmón en láminas de 6 mm de grosor y apartar.
2. **Mezclar** bien la salsa de soja, la melaza, el zumo de limón, la pimienta negra y la salsa líquida ahumada.
3. **Colocar** el salmón y el marinado en una bolsa de plástico que se pueda sellar. Mezclarlo todo bien.
4. **Marinar** en el frigorífico durante 4 horas.
5. **Verter** el líquido y desechar el marinado.
6. **Colocar** el salmón en láminas de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
7. **Configurar** la temperatura a 60 °C durante 8 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
8. **Sacar** cuando esté listo.
9. **Dejar** enfriar a temperatura ambiente en las bandejas y servir.



CECINA DE SALMÓN EN SALSA TERIYAKI

CANTIDAD

2 raciones

PREPARACIÓN

4 horas

10 minutos

DESHIDRATACIÓN

8 horas

450 g de salmón

118 ml de salsa de soja

50 g de azúcar

1 g de jengibre rallado

1 diente de ajo machacado

59 ml de zumo de naranja

1. **Cortar** el salmón en láminas de 6 mm de grosor y apartar.
2. **Mezclar** bien la salsa de soja, el azúcar, el jengibre rallado, el ajo y el zumo de naranja.
3. **Colocar** el salmón y el marinado en una bolsa de plástico que se pueda sellar. Mezclarlo todo bien.
4. **Marinar** en el frigorífico durante 4 horas.
5. **Verter** el líquido y desechar el marinado.
6. **Colocar** el salmón en láminas de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
7. **Configurar** la temperatura a 60 °C durante 8 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
8. **Sacar** cuando esté listo.
9. **Dejar** enfriar a temperatura ambiente en las bandejas y servir.



CECINA DE PESCADO CON LIMÓN Y ENELDO

CANTIDAD

2 raciones

PREPARACIÓN

4 horas

5 minutos

DESHIDRATACIÓN

8 horas

450 g de lomos de bacalao de Alaska

Marinado

1 limón, rallado y exprimido

30 ml de aceite de oliva

3 g de eneldo fresco troceado

1 diente de ajo picado

Una pizca de sal

1. **Cortar** el bacalao en láminas de 6 mm de grosor y apartar.
2. **Mezclar** bien el zumo y la ralladura de limón, la ralladura de limón, el aceite de oliva, el eneldo, el ajo y la sal.
3. **Colocar** el salmón y el marinado en una bolsa de plástico que se pueda sellar. Mezclarlo todo bien.
4. **Marinar** en el frigorífico durante 4 horas.
5. **Verter** el líquido y desechar el marinado.
6. **Colocar** el bacalao en láminas de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
7. **Configurar** la temperatura a 60 °C durante 8 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
8. **Sacar** cuando esté listo.
9. **Dejar** enfriar a temperatura ambiente en las bandejas y servir.

CECINA DE BACALAO AL ESTILO CAJÚN

CANTIDAD

2 raciones

PREPARACIÓN

4 horas

10 minutos

DESHIDRATACIÓN

8 horas

450 g de lomos de bacalao de Alaska

Marinado

1 limón exprimido

6 g de sal

2 g de ajo en polvo

2 g de pimentón

2 g de cebolla en polvo

Una pizca de pimienta de cayena

Una pizca de pimienta negra

1. **Cortar** el pescado en láminas de 6 mm de grosor y apartar.
2. **Mezclar** bien el zumo de limón, la sal, el ajo en polvo, el pimentón, la cebolla en polvo, la pimienta de cayena y la pimienta negra.
3. **Colocar** el bacalao y el marinado en una bolsa de plástico que se pueda sellar. Mezclarlo todo bien.
4. **Marinar** en el frigorífico durante 4 horas.
5. **Verter** el líquido y desechar el marinado.
6. **Colocar** el bacalao en láminas de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
7. **Configurar** la temperatura a 60 °C durante 8 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
8. **Sacar** cuando esté listo.
9. **Dejar** enfriar a temperatura ambiente en las bandejas y servir.

CECINA DE TOFU CON SALSA DE CHILI PICANTE

CANTIDAD

2 raciones

PREPARACIÓN

12 horas

10 minutos

DESHIDRATACIÓN

6 horas

450 g de tofu extra firme

Marinado

59 ml de salsa de soja

30 ml de salsa de chili picante

30 ml de miel

2 g de ajo en polvo

1. **Cortar** el tofu en láminas de 6 cm de grosor y apartar.
2. **Mezclar** bien la salsa de soja, la salsa de chili picante, la miel y el ajo en polvo.
3. **Colocar** el tofu troceado y el marinado en una bolsa de plástico que se pueda sellar. Mezclarlo todo bien.
4. **Marinar** en el frigorífico durante 12 horas o toda la noche.
5. **Verter** el líquido y desechar el marinado.
6. **Colocar** el tofu en láminas de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
7. **Configurar** la temperatura a 70 °C durante 6 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
8. **Sacar** cuando esté listo.
9. **Dejar** enfriar a temperatura ambiente en las bandejas y servir.

CECINA DE TOFU CON ESENCIAS DE AJO

CANTIDAD

2 raciones

PREPARACIÓN

12 horas

10 minutos

DESHIDRATACIÓN

6 horas

450 g de tofu extra firme

Marinado

59 ml de vinagre balsámico

3 g de sal

2 g de ajo en polvo

2 g de cebolla en polvo

2 g de albahaca seca

2 g de orégano seco

1 g de pimienta roja molida

1. **Cortar** el tofu en láminas de 6 mm de grosor y apartar.
2. **Mezclar** bien el vinagre balsámico, la sal, el ajo en polvo, la cebolla en polvo, la albahaca, el orégano y la pimienta roja molida.
3. **Colocar** el tofu y el marinado en una bolsa de plástico que se pueda sellar. Mezclarlo todo bien.
4. **Marinar** en el frigorífico durante 12 horas o toda la noche.
5. **Verter** el líquido y desechar el marinado.
6. **Colocar** el tofu en láminas de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
7. **Configurar** la temperatura a 70 °C durante 6 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
8. **Sacar** cuando esté listo.
9. **Dejar** enfriar a temperatura ambiente en las bandejas y servir.



YEMAS DE HUEVO DESHIDRATADAS

CANTIDAD

6 raciones

PREPARACIÓN

96 horas

DESHIDRATACIÓN

3 horas

251 g de azúcar

504 g de sal kosher

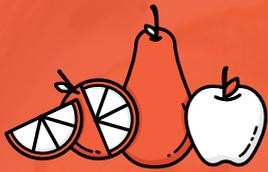
6 yemas de huevo

Utensilios necesarios

Bandeja cubierta de 15 x 15 cm

Envoltorio de plástico

1. **Mezclar** bien el azúcar y la sal en un bol.
2. **Extender** la mitad de la mezcla de sal y azúcar en una bandeja de repostería de 15 x 15 cm.
3. **Hacer** 6 hendiduras en la mezcla de sal y azúcar con la parte trasera de un utensilio de cocina para medir.
4. **Colocar** una yema de huevo en cada hendidura y cubrirlas con el resto de la mezcla de sal y azúcar.
5. **Envolver** la bandeja de hornear firmemente con film de plástico y dejar enfriar en el frigorífico durante 3 o 4 días.
6. **Sacar** las yemas de huevo de la mezcla de sal con cuidado y colocarlas en un recipiente con agua.
7. **Retirar** el exceso de sal y azúcar suavemente.
8. **Colocar** las yemas de huevo de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
9. **Configurar** la temperatura a 60 °C durante 3 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
10. **Sacar** cuando esté listo y servir rallado sobre pasta o verduras.



Frutas

MELOCOTONES CON MIEL AL WHISKY

CANTIDAD

1 ración

PREPARACIÓN

4 horas

10 minutos

DESHIDRATACIÓN

12–16 horas

1 melocotón, pelado y sin hueso

59 ml de agua caliente

59 ml de miel

45 ml de whisky

1. **Cortar** el melocotón en láminas de 12 mm de grosor y apartar.
2. **Mezclar** el agua caliente y la miel en un cuenco hasta que se disuelva la miel y añadir el whisky.
3. **Colocar** las láminas de melocotón y la mezcla de whisky en una bolsa de plástico que se pueda sellar.
4. **Marinar** durante 4 horas.
5. **Colocar** los melocotones en láminas de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
6. **Configurar** la temperatura a 60 °C durante 16 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
7. **Comprobar** los melocotones cada hora tras 12 horas hasta que se sean flexibles, pero no se rompan, cuando se doblen.
8. **Sacar** cuando estén hechos y servir.



PLÁTANOS BAÑADOS EN CHOCOLATE

CANTIDAD

2 raciones

PREPARACIÓN

10 minutos

DESHIDRATACIÓN

12–16 horas

1 plátano en láminas finas

113 g de chocolate semiamargo (70 % cacao)

Sal marina, para espolvorear

1. **Colocar** las láminas de plátano de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
2. **Configurar** la temperatura a 60 °C durante 16 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
3. **Comprobar** los plátanos cada hora tras 12 horas hasta que estén principalmente secos al tacto y ligeramente pegajosos.
4. **Sacar** cuando estén listos.
5. **Calentar** el chocolate en un cuenco apto para el microondas en intervalos de 30 segundos. Remover entre cada intervalo hasta que el chocolate se derrita por completo.
6. **Bañar** y cubrir las láminas de plátano deshidratado en el chocolate derretido.
7. **Espolvorear** la sal sobre los plátanos bañados en chocolate.
8. **Dejar** enfriar a temperatura ambiente y servir cuando el chocolate se haya endurecido.



CHIPS DE MANZANA A LA CANELA

CANTIDAD

4 raciones

PREPARACIÓN

10 minutos

DESHIDRATACIÓN

6-12 horas

2 manzanas rojas peladas y sin el corazón

Zumo de ½ limón

13 g de azúcar

3 g de canela molida

Una pizca de nuez moscada

3 ml de extracto de vainilla

1. **Cortar** las manzanas en láminas de 6 mm de grosor.
2. **Mezclar** el zumo de limón, el azúcar, la canela, la nuez moscada, el extracto de vainilla y las láminas de manzana hasta cubrir las manzanas por igual.
3. **Colocar** las láminas de manzana de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
4. **Configurar** la temperatura a 60 °C durante 12 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
5. **Comprobar** las láminas de manzana cada hora durante 6 horas hasta que estén secas y correosas. No se deberían pegar al doblarse.
6. **Sacar** cuando estén hechas y servir.

ROLLITOS DE FRAMBUESA

CANTIDAD

PREPARACIÓN

DESHIDRATACIÓN

4 raciones
10 minutos
3-5 horas

680 g de frambuesas
25 g de azúcar
5 ml de zumo de limón

Utensilios necesarios

Papel de repostería
Batidora
Colador de rejilla

1. **Cortar** el papel de repostería para que quepa en las bandejas del deshidratador de alimentos de Cosori.
2. **Mezclar** las frambuesas, el azúcar y el zumo de limón en una batidora a baja velocidad hasta conseguir una pasta suave.
3. **Colar** el puré de frambuesas con un colador de rejilla y quitar las semillas.
4. **Verter** el puré de fruta de nuevo en la batidora y batir a alta velocidad para licuar algo más la pasta.
5. **Verter** el puré de frambuesas en las bandejas con el papel de repostería en capas de 4 mm de grosor, dejando un centímetro de margen en los bordes internos y externos.
6. **Configurar** la temperatura a 75 °C durante 5 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
7. **Comprobar** los rollitos de fruta cada hora tras 3 horas hasta que estén secos y no pegajosos al tacto.
8. **Sacar** cuando estén hechos y servir.

ROLLITOS DE MORAS

CANTIDAD

PREPARACIÓN

DESHIDRATACIÓN

680 g de frambuesas
25 g de azúcar
5 ml de zumo de limón

Utensilios necesarios

Papel de repostería
Batidora
Colador de rejilla

4 raciones
10 minutos
3-5 horas

1. **Cortar** el papel de repostería para que quepa en las bandejas del deshidratador de alimentos de Cosori.
2. **Mezclar** las moras, el azúcar y el zumo de limón en una batidora a baja velocidad hasta conseguir una pasta suave.
3. **Colar** la mezcla de fruta para separar las semillas con un colador de rejilla.
4. **Verter** la mezcla de fruta de nuevo en la batidora y batir a alta velocidad para licuar algo más la pasta.
5. **Verter** el puré de fruta en las bandejas con el papel de repostería en capas de 4 mm de grosor, dejando un centímetro de margen en los bordes internos y externos.
6. **Configurar** la temperatura a 75 °C durante 5 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
7. **Comprobar** los rollitos de fruta cada hora tras 3 horas hasta que estén secos y no pegajosos al tacto.
8. **Sacar** cuando estén hechos y servir.



ROLLITOS DE FRUTOS ROJOS

CANTIDAD

4 raciones

PREPARACIÓN

10 minutos

DESHIDRATACIÓN

8-12 horas

450 g de fresas

63 g de frambuesas

8 g de azúcar

5 ml de extracto de vainilla

5 ml de zumo de limón

Utensilios necesarios

Papel de repostería

Batidora

Colador de rejilla

1. **Cortar** el papel de repostería para que quepa en las bandejas del deshidratador de alimentos de Cosori.
2. **Mezclar** todos los ingredientes en una batidora a baja velocidad hasta conseguir una pasta suave.
3. **Colar** la mezcla de fruta para separar las semillas con un colador de rejilla.
4. **Verter** la mezcla de fruta de nuevo en la batidora y batir a alta velocidad para licuar algo más la pasta.
5. **Verter** el puré de fruta en las bandejas con el papel de repostería en capas de 4 mm de grosor, dejando un centímetro de margen en los bordes internos y externos.
6. **Configurar** la temperatura a 75 °C durante 12 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
7. **Comprobar** los rollitos de fruta cada hora tras 8 horas hasta que estén secos y no pegajosos al tacto.
8. **Sacar** cuando estén hechos y servir.

ROLLITOS DE MORAS Y ARÁNDANOS

CANTIDAD

4 raciones

PREPARACIÓN

10 minutos

DESHIDRATACIÓN

8-12 horas

450 g de arándanos

63 g de moras

30 g de azúcar

2 cucharadas de zumo de limón

Utensilios necesarios

Papel de repostería

Batidora

Colador de rejilla

1. **Cortar** el papel de repostería para que quepa en las bandejas del deshidratador de alimentos de Cosori.
2. **Mezclar** todos los ingredientes en una batidora a baja velocidad hasta conseguir una pasta suave.
3. **Colar** la mezcla de fruta para separar las semillas con un colador de rejilla.
4. **Verter** la mezcla de fruta de nuevo en la batidora y batir a alta velocidad para licuar algo más la pasta.
5. **Verter** el puré de fruta en las bandejas con el papel de repostería en capas de 4 mm de grosor, dejando un centímetro de margen en los bordes internos y externos.
6. **Configurar** la temperatura a 75 °C durante 12 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
7. **Comprobar** los rollitos de fruta cada hora tras 8 horas hasta que estén secos y no pegajosos al tacto.
8. **Sacar** cuando estén hechos y servir.



ROLLITOS DE ALBARICOQUE Y MELOCOTÓN

CANTIDAD

4 raciones

PREPARACIÓN

20 minutos

DESHIDRATACIÓN

8–12 horas

3 albaricoques pelados y sin hueso

3 melocotones pelados y sin hueso

13 g de azúcar

1 cucharada de zumo de naranja

Utensilios necesarios

Papel de repostería

Batidora normal o de inmersión

1. **Cortar** el papel de repostería para que quepa en las bandejas del deshidratador de alimentos de Cosori.
2. **Poner** los albaricoques, los melocotones y el azúcar en una sartén mediana.
3. **Cocinar** los albaricoques y los melocotones en el fogón a fuego medio entre 10 y 15 minutos hasta que se ablanden.
4. **Batir** las frutas con una batidora de inmersión. Si se usa una batidora normal, batir la fruta a baja velocidad e ir subiendo hasta alcanzar una velocidad más alta.
5. **Verter** el puré de fruta en las bandejas con el papel de repostería en capas de 4 mm de grosor, dejando un centímetro de margen en los bordes internos y externos.
6. **Configurar** la temperatura a 75 °C durante 12 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
7. **Comprobar** los rollitos de fruta cada hora tras 8 horas hasta que estén secos y no pegajosos al tacto.
8. **Sacar** cuando estén hechos y servir.

ROLLITOS DE UVAS Y CIRUELAS

CANTIDAD

4 raciones

PREPARACIÓN

20 minutos

DESHIDRATACIÓN

8-12 horas

5 ciruelas sin hueso ni semillas
1 puñado de uvas rojas sin pepitas
25 g de azúcar
1 cucharadas de zumo de limón

Utensilios necesarios

Papel de repostería
Batidora normal o de inmersión

1. **Cortar** el papel de repostería para que quepa en las bandejas del deshidratador de alimentos de Cosori.
2. **Colocar** las ciruelas, las uvas, el azúcar y el zumo de limón en una sartén mediana.
3. **Cocinar** las ciruelas y las uvas en el fogón a fuego medio entre 10 y 15 minutos hasta que se ablanden y rompan.
4. **Batir** con una batidora de inmersión. Si se usa una batidora normal, batir la fruta a baja velocidad e ir subiendo hasta alcanzar una velocidad más alta.
5. **Verter** el puré de fruta en las bandejas con el papel de repostería en capas de 4 mm de grosor, dejando un centímetro de margen en los bordes internos y externos.
6. **Configurar** la temperatura a 75 °C durante 12 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
7. **Comprobar** los rollitos de fruta cada hora tras 8 horas hasta que estén secos y no pegajosos al tacto.
8. **Sacar** cuando estén hechos y servir.



Aperitivos



RODAJITAS DE CALABACÍN

CANTIDAD

4 raciones

PREPARACIÓN

10 minutos

DESHIDRATACIÓN

12 horas

2 calabacines

15 ml de aceite de oliva

3 g de sal

2 g de ajo en polvo

2 g de cebolla en polvo

2 g de pimentón

1 g de pimienta negra

1. **Cortar** los calabacines en láminas de 6 mm de grosor.
2. **Añadir** todos los ingredientes a los calabacines y mezclarlos bien en un bol.
3. **Colocar** las láminas de calabacines de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
4. **Configurar** la temperatura a 75 °C durante 12 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
5. **Sacar** cuando estén hechas y servir.



CRUJIENTE DE COL RIZADA CON AJO

CANTIDAD

4 raciones

PREPARACIÓN

5 minutos

DESHIDRATACIÓN

12-13 horas

10 g de col rizada troceada

10 ml de aceite de oliva

4 g de ajo en polvo

7 g de queso parmesano rallado

3 g de sal

1. **Añadir** todos los ingredientes a un bol y mezclarlos bien.
2. **Colocar** la col rizada sazonada de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
3. **Configurar** la temperatura a 50 °C durante 13 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
4. **Comprobar** la col rizada cada hora durante 12 horas hasta que esté seca y crujiente.
5. **Sacar** cuando esté hecha y servir.



CRUJIENTE DE COL RIZADA AL ESTILO TURCO

CANTIDAD

4 raciones

PREPARACIÓN

5 minutos

DESHIDRATACIÓN

12–13 horas

10 g de col rizada troceada

10 ml de aceite de oliva

3 g de sal

2 g de comino

1 g de ajo en polvo

1 g de canela

1 g de cilantro molido

1 g de pimentón ahumado

Una pizca de cardamomo molido

1. **Añadir** todos los ingredientes a un bol y mezclarlos bien.
2. **Colocar** la col rizada sazonada de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
3. **Configurar** la temperatura a 55 °C durante 13 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
4. **Comprobar** la col rizada cada hora durante 12 horas hasta que esté seca y crujiente.
5. **Sacar** cuando esté hecha y servir.



LÁMINAS DE ZANAHORIA EN SALSA RANCHERA

CANTIDAD

6 raciones

PREPARACIÓN

8 minutos

DESHIDRATACIÓN

8-12 horas

3 zanahorias grandes peladas
23 ml de agua

Aliño ranchero

15 g de mantequilla en polvo
5 g de perejil seco
3 g de sal
2 g de ajo en polvo
2 g de cebolla en polvo
1 g de eneldo seco

Utensilios necesarios

Pelador de verduras

1. **Pelar** las zanahorias en tiras con un pelador de verduras y colocarlas en un bol grande.
2. **Echar** las zanahorias con el agua junto con los ingredientes del aliño ranchero.
3. **Colocar** las zanahorias de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
4. **Configurar** la temperatura a 60 °C durante 12 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
5. **Comprobar** las zanahorias cada hora durante 8 horas hasta que estén secas y crujientes.
6. **Sacar** cuando estén hechas y servir.



ALMENDRAS DULCES Y PICANTES

CANTIDAD

2 raciones

PREPARACIÓN

8 horas

5 minutos

DESHIDRATACIÓN

24 horas

230 g de almendras crudas

1 litro de agua

10 g de sal, dividida

25 g de azúcar

1 g de pimienta de cayena

Una pizca de pimienta negra

1. **Dejar** las almendras en remojo en agua con 6 g de sal durante 8 horas.
2. **Secar** las almendras con toquitos.
3. **Mezclar** las almendras con la sal, el azúcar, la pimienta de cayena y la pimienta negra restantes hasta que estén cubiertas por igual.
4. **Colocar** las almendras de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
5. **Configurar** la temperatura a 65 °C durante 24 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
6. **Sacar** cuando estén hechas y servir.

PATATAS FRITAS DESHIDRATADAS

CANTIDAD

2 raciones

PREPARACIÓN

40 minutos

DESHIDRATACIÓN

10 horas

1 patata roja grande pelada
1 l de agua caliente
5 ml de zumo de limón
Espray de aceite
1 g de sal y una pizca más para sazonar

Utensilios necesarios

Mandolina

1. **Cortar** las patatas peladas en una mandolina en láminas de 1 mm de grosor.
2. **Poner** las láminas en un bol grande con agua caliente y zumo de limón.
3. **Dejar** en remojo las patatas laminadas durante 30 minutos.
4. **Retirar** las patatas laminadas y secarlas dando toquecitos con papel de cocina.
5. **Rociar** las patatas laminadas ligeramente con un spray de aceite y echarles sal.
6. **Colocar** las patatas de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
7. **Configurar** la temperatura a 70 °C durante 10 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
8. **Sacar** cuando esté listo, sazonar con sal al gusto y servir.

PATATAS FRITAS CON SAL Y VINAGRE

CANTIDAD

2 raciones

PREPARACIÓN

1 hora

10 minutos

DESHIDRATACIÓN

10 horas

1 patata tipo russet
1 l de agua caliente
1 limón exprimido
1 l de vinagre destilado
Espray de aceite
Sal y pimienta al gusto

Utensilios necesarios

Mandolina

1. **Cortar** las patatas en una mandolina en láminas de 1 mm de grosor.
2. **Poner** las patatas laminadas en un bol grande con agua caliente y zumo de limón.
3. **Dejar** en remojo las patatas laminadas durante 30 minutos.
4. **Secar** las patatas laminadas, cubrir en vinagre y dejar en remojo entre 15 y 30 minutos.
5. **Retirar** las patatas laminadas del vinagre y secarlas dando toquecitos con papel de cocina.
6. **Rociar** las patatas laminadas ligeramente con un spray de aceite y echarles sal y pimienta.
7. **Colocar** las láminas de patatas de manera uniforme entre las bandejas del deshidratador de alimentos Cosori.
8. **Configurar** la temperatura a 70 °C durante 10 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
9. **Sacar** cuando estén hechas y servir.



GALLETITAS DE MAÍZ CRUDO

CANTIDAD

4 raciones

PREPARACIÓN

15 minutos

DESHIDRATACIÓN

8-12 horas

2 mazorcas de maíz sin hojas
168 g de semillas de lino dorado
59 ml de agua
6 g de sal
Una pizca de ajo en polvo

Utensilios necesarios

Papel de repostería
Procesador de alimentos

1. **Cortar** el papel de repostería para que quepa en las bandejas del deshidratador de alimentos de Cosori.
2. **Separar** los granos de las mazorcas de maíz.
3. **Añadir** los granos de maíz, las semillas de lino, el agua, la sal y el ajo en polvo a un procesador de alimentos y triturar hasta conseguir una pasta suave.
4. **Extender** una capa de masa de 3 mm de grosor en las bandejas cubiertas de papel para hornear.
5. **Configurar** la temperatura a 75 °C durante 12 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
6. **Comprobar** las galletitas cada hora tras 8 horas hasta que estén duras y secas.
7. **Sacar** cuando estén hechas y servir.



GALLETITAS DE SEMILLAS

CANTIDAD

4 raciones

PREPARACIÓN

5 minutos

DESHIDRATACIÓN

8–12 horas

56 g de linaza

56 g de semillas de chía

227 g de semillas de calabaza

113 g de semillas de sésamo

6 g de sal

1 g de ajo en polvo

1 g de cebolla en polvo

Una pizca de pimienta de cayena

Una pizca de pimienta negra

237 ml de agua

Utensilios necesarios

Papel de repostería

1. **Cortar** el papel de repostería para que quepa en las bandejas del deshidratador de alimentos de Cosori.
2. **Mezclar** todos los ingredientes en un bol grande.
3. **Dejar** que las semillas absorban el agua durante 3 minutos creando un rebozado.
4. **Extender** una capa de masa de 3 mm de grosor en las bandejas cubiertas de papel para hornear.
5. **Configurar** la temperatura a 75 °C durante 12 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
6. **Comprobar** las galletitas cada hora tras 8 horas hasta que estén duras y secas.
7. **Sacar** cuando estén hechas y servir.



GALLETITAS DE AJO CON CEBOLLA VERDE

CANTIDAD

4 raciones

PREPARACIÓN

15 minutos

DESHIDRATACIÓN

8–12 horas

15 ml de aceite de oliva

5 cebollas tiernas, con los extremos
cortados

2 dientes de ajo

237 ml de agua

6 g de sal

Una pizca de pimienta negra

454 g de linaza

Utensilios necesarios

Batidora o procesador de alimentos

Papel de repostería

1. **Calentar** una sartén en el fogón a fuego medio durante 5 minutos.
2. **Añadir** el aceite de oliva y dejar que se caliente durante 15 segundos. A continuación, añadir las cebollas tiernas y los dientes de ajo.
3. **Sofreír** el ajo hasta que esté ligeramente dorado. Quitar del calor y apartar.
4. **Sofreír** las cebollas tiernas por ambas caras durante 5 minutos aproximadamente hasta que estén doradas. Reservar.
5. **Mezclar** el ajo, las cebollas tiernas, el agua, la sal y la pimienta en una batidora o procesador de alimentos hasta conseguir una masa suave.
6. **Añadir** la linaza a la mezcla, creando un rebozado y apartar.
7. **Cortar** el papel de repostería para que quepa en las bandejas del deshidratador de alimentos de Cosori.
8. **Extender** una capa de masa de 3 mm de grosor en las bandejas cubiertas de papel para hornear.
9. **Configurar** la temperatura a 75 °C durante 12 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
10. **Comprobar** las galletitas cada hora tras 8 horas hasta que estén duras y secas.
11. **Sacar** cuando estén hechas y servir.



Dulces



GALLETAS DE UVAS PASAS CON AVENA

CANTIDAD

12-16 galletas

PREPARACIÓN

15 minutos

DESHIDRATACIÓN

12 horas

227 g de copos de avena de cocción rápida

227 g de nueces pecanas crudas

168 g de pasas

56 g de semillas de calabaza

59 ml de sirope de arce

30 ml de aceite de coco

1 g de canela molida

Una pizca de jengibre molido

Una pizca de pimienta inglesa molida

Una pizca de dientes de ajo molidos

Una pizca de sal

Utensilios necesarios

Procesador de alimentos

Papel de repostería

1. **Batir** todos los ingredientes en un procesador de alimentos y mezclarlos bien.
2. **Hacer** bolitas del tamaño de una cuchara pequeña con la masa y colocarlas sobre papel para hornear esparcidas.
3. **Colocar** otra lámina de papel para hornear por encima y aplastar hasta que las bolitas tengan un grosor de 6 mm.
4. **Cortar** el papel de repostería para que quepa en las bandejas del deshidratador de alimentos de Cosori.
5. **Sacar** las galletas de la doble capa de papel para hornear y colocarlas en las bandejas cubiertas con papel para hornear.
6. **Configurar** la temperatura a 70 °C durante 12 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
7. **Retirar** las galletas con cuidado del papel para hornear después de 8 horas.
8. **Colocar** las galletas directamente en las bandejas y deshidratar durante el tiempo restante.
9. **Sacar** cuando estén hechas y servir.



GALLETAS DE ALMENDRA CON CHOCOLATE

CANTIDAD

10–12 galletas

PREPARACIÓN

15 minutos

DESHIDRATACIÓN

12 horas

237 ml de leche de almendra

95 g de coco rallado

50 g de pistachos

70 g de pepitas de chocolate negro

Utensilios necesarios

Procesador de alimentos

Papel de repostería

1. **Batir** todos los ingredientes en un procesador de alimentos y mezclarlos bien.
2. **Hacer** bolitas del tamaño de una cuchara pequeña con la masa y colocarlas sobre papel para hornear esparcidas.
3. **Colocar** otra lámina de papel para hornear por encima y aplastar hasta que las bolitas tengan un grosor de 6 mm.
4. **Cortar** el papel de repostería para que quepa en las bandejas del deshidratador de alimentos de Cosori.
5. **Sacar** las galletas de la doble capa de papel para hornear y colocarlas uniformemente en las bandejas cubiertas con papel para hornear.
6. **Configurar** la temperatura a 70 °C durante 12 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
7. **Retirar** las galletas con cuidado del papel para hornear después de 8 horas.
8. **Colocar** las galletas directamente en las bandejas y deshidratar durante el tiempo restante.
9. **Sacar** cuando estén hechas y servir.



GALLETAS DE ALMENDRA CON ARÁNDANOS

CANTIDAD

12–16 galletas

PREPARACIÓN

15 minutos

DESHIDRATACIÓN

12 horas

237 ml de leche de almendra

120 g de harina de almendra

95 g de láminas de coco

50 g de nueces troceadas

40 g de arándanos desecados

Utensilios necesarios

Procesador de alimentos

Papel de repostería

1. **Batir** todos los ingredientes en un procesador de alimentos y mezclarlos bien.
2. **Hacer** bolitas del tamaño de una cuchara pequeña con la masa y colocarlas sobre papel para hornear esparcidas.
3. **Colocar** otra lámina de papel para hornear por encima y aplastar hasta que las bolitas tengan un grosor de 6 mm.
4. **Cortar** el papel de repostería para que quepa en las bandejas del deshidratador de alimentos de Cosori.
5. **Sacar** las galletas de la doble capa de papel para hornear y colocarlas en las bandejas cubiertas con papel para hornear.
6. **Configurar** la temperatura a 70 °C durante 12 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
7. **Retirar** las galletas con cuidado del papel para hornear después de 8 horas.
8. **Colocar** las galletas directamente en las bandejas y deshidratar durante el tiempo restante.
9. **Sacar** cuando estén hechas y servir.



GALLETAS DE ANACARDOS CON CHOCOLATE

CANTIDAD

12-16 galletas

PREPARACIÓN

15 minutos

DESHIDRATACIÓN

12 horas

280 g de anacardos sin sal

50 g de coco rallado

59 ml de sirope de arce

2 g de canela molida

Una pizca de nuez moscada molida

5 ml de extracto de vainilla

3 g de sal kosher

Utensilios necesarios

Procesador de alimentos

Papel de repostería

1. **Batir** todos los ingredientes en un procesador de alimentos y mezclarlos bien. Puede que queden trocitos de anacardos.
2. **Hacer** bolitas del tamaño de una cuchara pequeña con la masa y colocarlas sobre papel para hornear esparcidas.
3. **Colocar** otra lámina de papel para hornear por encima y aplastar hasta que las bolitas tengan un grosor de 6 mm.
4. **Cortar** el papel de repostería para que quepa en las bandejas del deshidratador de alimentos de Cosori.
5. **Sacar** las galletas de la doble capa de papel para hornear y colocarlas en las bandejas cubiertas con papel para hornear.
6. **Configurar** la temperatura a 70 °C durante 12 horas y pulsar *Start/Stop* (iniciar/pausar).
7. **Retirar** las galletas con cuidado del papel para hornear después de 8 horas.
8. **Colocar** las galletas directamente en las bandejas y deshidratar durante el tiempo restante.
9. **Sacar** cuando estén hechas y servir.

¿Buscas más recetas?

Nos comprometemos a ofrecerte una comunidad en la que demostrar las grandes cualidades del chef que llevas dentro. ¡Comparte tus recetas y únete a la conversación! Publicamos continuamente formas divertidas de utilizar todos nuestros productos Cosori.



¡Comparte tus recetas con nosotros!

#ICOOKCOSORI

Nos encantaría ver tus creaciones. Únete a la creciente y apasionada comunidad de cocineros aficionados para conseguir ideas de recetas y una inspiración saludable de manera continua.



COSORI™

¿Tienes alguna pregunta o duda?

support.es@cosori.com