

10. Non solo funghi...

Nelle pagine seguenti, troverete alcune idee sui prodotti che si possono essiccare grazie a Biosec, sulla loro preparazione e sui possibili utilizzi.

L'esperienza e la fantasia supereranno in poco tempo queste indicazioni, permettendovi di creare ricette nuove e originali.

I programmi suggeriti nella tabella sono indicativi e servono a fornire un'idea di massima per un utilizzo efficace del vostro Biosec, ma possono essere modificati in base a diversi fattori ed esigenze, come spiegato nell'apposita sezione (cfr. par. 7.2).

FRUTTA:

ALBICOCCHIE: Divise a metà e denocciolate. Possibile tendenza all'imbrunimento con frutti molto maturi, pur senza che ne sia compromesso il gusto intenso. Anche per consumo diretto o per preparazione di dolci o di composizioni in vassoi, ceste, ecc. **PROGRAMMA P1**

ANANAS: Sbucciare e tagliare a fette di 6-8 mm di spessore; rigirare di tanto in tanto per non farle aderire al fondo. Molto acquoso quindi di lunga essiccazione, ma dà risultato eccellente per intensità di profumo e aroma. Conserva bene anche il colore. Per consumo diretto, anche per macedonia e composizioni. **PROGRAMMA T4, 24 ore**

ARANCE: Non troppo mature, a fette di circa 5 mm. Tendono ad aderire al fondo del cestello. Perfette per decorazioni di dolci, piatti e lavori artistici, soprattutto natalizi. **PROGRAMMA P4, 18-24 ore**

BANANE: A fette o pezzi. Aderiscono facilmente al fondo e fra loro. Tendono ad imbrunire ma mantengono un gusto intenso. Rimangono morbide e un po' appiccicose perchè molto zuccherine. Ottime per il consumo diretto, per merende e spuntini. Un concentrato di gusto e sostanza particolarmente apprezzato dai bambini. **PROGRAMMA P1, 18-24 ore**

CACHI: A fette sottili (5-6 mm). Ottimi i cachi-mela essiccati dolci anche se ancora duri. Essiccare anche le altre qualità di cachi prima che diventino teneri. Perdono la caratteristica astringenza. Ottimi per consumo diretto e anche per composizioni varie. Conservano un bel colore. **PROGRAMMA P2**

CILIEGIE: Smezzate e denocciolate, intensificano aroma e profumo. Perfette per tisane, *pout pourri*, dolci di ogni genere. **PROGRAMA P1**

KIWI: Sbucciare e tagliare a fette di 6-8 mm o ricavare 4 fette in senso longitudinale da un frutto intero; stendere e smuovere perchè non aderiscano. Conservano un discreto colore. Gusto intenso e astringente. Si consuma direttamente, meglio se con altra frutta o nella macedonia previo rinvenimento; ottimo per composizioni. **PROGRAMMA P2**

FICHI: Interi o divisi a metà scegliendoli di preferenza ben maturi e asciutti. Per consumo diretto e come ingrediente per dolci o macedonie. Secchi, a pezzetti per composizioni. **PROGRAMMA P7**

MELE: Affettate dello spessore di 5-6 mm, integre oppure dopo averle private del torso e della buccia. Consumo diretto, per dolci o ceste. Ricchissime di fibre, specialmente se essiccate con la buccia. **PROGRAMMA P2**

PERE: Come le mele. Le varietà di piccole dimensioni e dolci si possono essiccare anche divise a metà. Ottime per consumo diretto e per dolci, macedonie e composizioni varie. **PROGRAMMA P2**

PESCHE E NETTARINE: A metà se di piccole dimensioni, a fette o spicchi se più grosse. Smuoverle spesso. Consumo diretto, dolci e composizioni miste. **PROGRAMMA P1**

PRUGNE: Divise a metà e denocciolate oppure intere previa immersione di 30-60 secondi in acqua bollente. Consumo diretto o per dolci e composizioni artistiche. Bollite pochi minuti in poca acqua sono lievemente lassative. **PROGRAMMA P6, 24-30 ore**

UVA: Essiccazione lenta per la buccia molto impermeabile. Accelerare scottando gli acini per 10-20 secondi in acqua bollente e diradando il grappolo. Per tutti gli usi, dall'uva sultanina al consumo diretto. **PROGRAMMA T4, 36-48 ore**

VERDURA:

PREZZEMOLO: Disporre le foglie non troppo sovrapposte e rigirarle ogni tanto. Ottimo in polvere, anche nelle preparazioni sott'olio. **PROGRAMMA P3, 12-16 ore**

SPINACI: Foglie intere o a pezzi. Muoverle con una certa frequenza perchè non si sovrappongano. Per risotti, frittate o simili. **PROGRAMMA P3, 12-16 ore**

ZUCCHINE: A rondelle se piccole e giovani. A pezzetti o cubetti, privati della polpa centrale, se più grosse. Per contorni o minestrone previo rinvenimento; Molto gustose sott'olio purchè piccole e giovani. **PROGRAMMA P2, 8-12 ore**

ZUCCA: Privata dei semi sbucciata e tagliata a fette o cubetti. Per risotti e minestrone previo rinvenimento. **PROGRAMMA T3, 24 ore**

PATATE: A fette o cubetti (8-10 mm). Smuoverle perchè non aderiscano. La superficie può imbrunire senza compromettere il gusto. Per minestrone ma anche per contorni previo rinvenimento. Conservare anche miste con altre verdure per la preparazione di minestre e minestrone. **PROGRAMMA P4, 12-16 ore**

CAVOLO VERZA: Affettare e stendere, non richiedono particolari accorgimenti. Soprattutto per minestre e minestrone e altre preparazioni previo rinvenimento. **PROGRAMMA P1, 16-20 ore**

PEPERONCINI: Buccia poco permeabile: danno ottimi risultati se tagliati a metà nel senso della lunghezza. A pezzetti o in polvere per conferire l'aroma piccante a varie preparazioni culinarie. **PROGRAMMA P4, 18 ore per effetto croccante e rapido - P3 per conservare al massimo l'aroma**

PEPERONI: Tagliare in pezzi o striscioline. Non abbisognano di particolari accorgimenti e sono di facile essiccazione. Per tutte le preparazioni, come il fresco, previo rinvenimento. Anche sott'olio. **PROGRAMMA T4, 12-18 ore**

POMODORI: Preferibilmente a taglia medio piccola. Il pomodoro è uno degli ortaggi di più lunga e difficile essiccazione perchè molto acquoso, ma dà risultati eccellenti. In alcune specie, se troppo maturo, tende ad annerire fino a sembrare bruciato, ma conserva il gusto quasi inalterato. Da essiccare diviso a metà anche senza salare e sgocciolare, mantenendo inalterato il contenuto di sali minerali e vitamine. Si può utilizzare previo rinvenimento in tutte le preparazioni come per i pomodori freschi o pelati, in contorni, sughi, salse, minestrone, ecc., ottimo sott'olio unito agli aromi preferiti (aglio, basilico, origano, peperoncino, ecc.); indicato per salse e sughi per pasta, anche a crudo, sia fresco che essiccato o polverizzato. **PROGRAMMA T4, 24-30 ore**

ERBE AROMATICHE E OFFICINALI: Camomilla, iperico, malva, calendula, basilico, timo, rosmarino, ortica, menta, melissa, salvia ecc... I migliori risultati si ottengono lasciando le foglie intere anche se questo allunga i tempi rispetto alla lavorazione con foglie tranciate o sminuzzate. **PROGRAMMA P3, 12-24 ore**

VARIE:

FUNGHI: Ripulire senza bagnarli e tagliarli in fette di circa 5 mm. Per tutte le preparazioni, come il fresco, previo rinvenimento. **PROGRAMMA P2**

PASTA: Il tempo di essiccazione dipende fortemente dal tipo di preparato, dallo spessore, dalla presenza di ripieni. **PROGRAMMA P5**

CARNE: La carne più adatta a subire il processo di essiccazione è quella magra. I grassi, tendendo a sciogliersi, compromettono la riuscita del processo e la qualità del prodotto finale. Le tempistiche possono variare anche sensibilmente in relazione a tipologia e spessore della carne trattata. **PROGRAMMA P4**

PESCE: Lavarello (anche detto coregone), agone, missoltini ecc. Da trattare in modo non dissimile dalla carne, tempistiche fortemente variabili in relazione a varietà e pezzatura. **PROGRAMMA P4**

MERINGHE: Foderare i cestelli con un foglio di carta da forno. Preparare l'impasto e disporre le meringhe all'interno dell'essiccatore. **PROGRAMMA P4, 18-24 ore**