

Las observaciones deben realizarse en forma frecuente hacia el final del secado cuando el daño por calor puede ser más marcado. Los alimentos secos deben deshidratarse hasta que sean estables al desarrollo microbiano a temperatura ambiente. La mayor parte de los vegetales se secan comúnmente a un estado crujiente. Para verificar que el producto este bien seco remover una pequeña porción del horno y evaluar su estado luego de que se enfríen (los productos calientes son más blandos y esto puede dar la apariencia de que poseen más agua de la que realmente presentan). Cuando los productos casi adquieran la consistencia deseada, apagar el horno y dejar que el producto repose por 1 hora. Este período de acondicionamiento permite que la humedad residual se redistribuya un poco. Envasar los vegetales deshidratados en contenedores herméticos y guardar en un sitio fresco, seco y oscuro. En estas condiciones pueden durar unos 6 a 12 meses.



LIPA, Laboratorio de Investigación en  
Productos Agroindustriales Facultad de Cs.  
Agrarias y Forestales UNLP. Calle 60 y 119,  
La Plata, Buenos Aires Argentina.

Teléfono: (0221)- 4236758  
Int. 441  
Correo: lipa@agro.unlp.edu.ar

## Elaboración de vegetales deshidratados



**Facultad de  
Ciencias Agrarias y  
Forestales  
Universidad  
Nacional de La Plata**

# Elaboración de vegetales deshidratados

El secado es uno de los métodos más antiguos de conservación de alimentos. El contenido de agua de los alimentos secos varía de 5 a 20% dependiendo del producto.



Si la temperatura es demasiado baja en el inicio, los microorganismos pueden alterar el producto incluso antes de que el secado se complete. Por el contrario, si la temperatura es demasiado alta el color del alimento puede afectarse o puede formarse una capa dura en la superficie que impide el secado normal.

El procedimiento a emplear varía entre productos, por lo que se necesita un enfoque de "ensayo y error" para definir las mejores condiciones en cada caso. De todos modos, existen algunos lineamientos generales a tener en cuenta y que se detallan a continuación:



## 1. Preparación de vegetales para el secado

◆ Emplear sólo vegetales frescos y en el mejor estado de madurez para su consumo en fresco.

◆ Lavar con agua potable y escurrir bien. Eliminar las zonas que puedan presentar podredumbres, magullones o manchas.



◆ Trozar los vegetales en caso de ser necesario intentando que el tamaño sea lo más parejo posible.



◆ Realizar un escaldado de los vegetales colocándolos en agua hirviendo por 2-3 minutos. Posteriormente, bajar la temperatura colocando los vegetales en un recipiente con agua fría.



## 2. Secado

Para pequeñas cantidades de alimentos pueden emplearse rejillas metálicas, bandejas cribadas u otros contenedores que toleren las altas temperaturas y faciliten la circulación de aire.

Si se utilizan bandejas éstas no deben ocupar todo el ancho del horno, para favorecer el movimiento de aire. No debe emplearse material galvanizado. Antes de colocar los vegetales distribuir una mínima capa de aceite vegetal y remover cualquier exceso con papel descartable y organizar los vegetales escaldados en una capa única. En el caso de emplear deshidratadores comerciales colocarlos a la temperatura deseada y regular la ventilación. A nivel doméstico encender el horno en mínimo y emplearlo dejando la puerta abierta 1-2 cm para permitir que el aire húmedo se escape y que la temperatura no sea muy elevada (normalmente 60 a 80 °C dependiendo del producto). En la medida de lo posible, monitorear la temperatura del horno con un termómetro. En caso que aún sea elevada aumentar la apertura de la puerta.



Colocar las bandejas con los alimentos a secar en el horno. Si bien se pueden apilar bandejas asegurarse que existan 5 cm de distancia entre ellas y unos 8 cm libres en la parte superior e inferior del horno. Los alimentos deben ser monitoreados para evitar que se quemen. Aquellos ubicados en las bandejas inferiores cerca de la fuente de calor se secan más rápidamente que los ubicados en las bandejas superiores. Por lo tanto, las bandejas deben rotarse a lo largo de secado.

