

PREPARACIÓN Y CONSERVACIÓN DE ALIMENTOS

LIC. EN NUTRICIÓN

ANTONIO CABRERA RAMIREZ

UDS

PRACTICA DE DESHIDRATACIÓN DE FRUTAS

UNIDAD IV

4TO. CUATRIMESTRE

Ventajas de la deshidratación

Mantiene las propiedades nutricionales de los alimentos: mejor conservación cuanto menor sea la temperatura de deshidratado. Los sabores se intensifican, al concentrarse. ¡Las frutas se convierten en verdaderas golosinas! Reduce el espacio de almacenaje, manipulación y transporte.

¿Qué es y para qué sirve la deshidratación?

Se trata de un proceso en el cual se logra eliminar prácticamente la totalidad del agua de un alimento mediante el calor, sin alterar los nutrientes, vitaminas y minerales de los mismos y concentrando su sabor. La deshidratación de alimentos nos dará un sinfín de posibilidades gastronómicas.

- El secado puede durar entre 2 a 6 días, dependiendo de las condiciones ambientales y de la materia prima. - El producto final no es de muy buena calidad debido al tiempo que se tarda en secar y a su contacto directo con la luz que muchas veces es perjudicial.



