



COSORI®

DESHIDRATOR PREMIUM DIN OȚEL
INOXIDABIL CP267-FD-RXS

Rețete



Vă mulțumim pentru achiziție!



(Sperăm că vă place noul dvs. deshidrator la fel de mult ca și nouă!)



Alăturați-vă

comunității Cosori pe Facebook!
<https://www.facebook.com/cosori.ro>



Descoperiți

colecția noastră de rețete!
www.cosori.ro/rețete



Savurați

rețetele unice create de șefii noștri, care apar săptămânal!



INTRĂ ÎN CONTACT CU BUCĂTARUL NOSTRU!

Bucătarii noștri îți răspund cu drag la întrebări.

Email: hello@cosori.ro

În numele echipei Cosori

Vă dorim spor la gătit!

Cuprins

Sfaturi de la bucătar

- 4 Sfaturi de la bucătar
- 6 Ajudutor rapid

Jerkies

- 9 Beef Jerky
- 10 Bacon conflat dulce-picant
- 11 Teriyaki Beef Jerky
- 11 Beef Jerky vietnamez
- 12 Bacon Jerky pentru mic dejun
- 13 Jalapeno Lime Jerky
- 14 Sriracha Honey Jerky
- 15 Chipotle Pork Jerky
- 15 Carolina Pork Jerky
- 16 Bulgogi Beef Jerky
- 17 Jerky cu usturoi și sos de soia
- 18 Thai Curry Jerky
- 19 Smoky Maple Jerky
- 20 Jerk Jerky Jamaican
- 21 Beef Jerky cu muștar balsamic
- 21 Buffalo Beef Jerky
- 22 Jerky BBQ Brazilian
- 23 Sweet Heat Jerky
- 24 Jerky cu piper
- 25 Pork Jerky dulce acrișor
- 25 Tofu Jerky cu condimente și usturoi
- 26 Fish Jerky cu lămâie și mărar
- 27 Gălbenuş de ou deshidratat
- 28 Jerky de somon afumat
- 29 Jerky de somon Teriyaki
- 30 Jerky de cod cajun
- 30 Jerky de tofu Sriracha cu condimente

Fructe

- 32 Piersici cu Bourbon și miere
- 33 Tuile de zmeură
- 33 Tuile de mure
- 34 Piele de fructe de caise și piersici
- 35 Chipsuri de mere condimentate
- 36 Piele de fructe de struguri și prune
- 37 Piele de fructe din fructe de pădure roșii
- 37 Piele de fructe din fructe de pădure negri și albaștri
- 38 Banană învelită în ciocolată

Snackuri

- 40 Chips de dovlecel
- 41 Shawarma Kale Chips
- 42 Chips de morcov Ranch
- 43 Chips de varză cu usturoi
- 43 Chips de cartofi deshidratați
- 44 Migdale dulci-picante
- 45 Chips de porumb
- 46 Biscuiți cu semințe
- 47 Biscuiți cu usturoi și ceapă verde

Deserturi

- 49 Fursecuri de ovăz și stafide
- 50 Fursecuri cu ciocolată și migdale
- 51 Biscuiți cu migdale și afine deshidratate
- 52 Fursecuri cu ciocolată și nuci de caju

Sfaturi de la bucătar

Această carte de rețete vă arată cum să profitați la maximum de deshidratorul Cosori.

Curățarea tăvilor

- Înmuiați tăvile în apă fierbinte, îmbibată cu detergent, pentru a îndepărta cu ușurință reziduurile alimentare de pe părțile canelate ale tăvii.
- Dacă nu aveți o chiuvetă suficient de mare pentru a înmuia tăvile, folosiți o periută de dinți pentru a îndepărta reziduurile de mâncare.
- Pentru a facilita curățarea, tapetați tăvile cu hârtie de copt în timpul procesului de deshidratare.

Curățarea aparatului

- Îndepărtați orice resturi de alimente care au căzut pe fundul aparatului
- Umeziți un prosop de vase curat cu apă caldă. Folosiți-l apoi pentru a îndepărta orice reziduuri alimentare de pe fundul deshidratorului.

Împrospătarea mâncărilor mai vechi

- Aveți fursecuri, biscuiți, cereale sau chipsuri vechi? Vă e dor de sunetul ăla crocant special? Nici o problemă. Puteți transforma cu ușurință mâncarea veche în mâncare crocantă! Așezați-le într-un singur strat pe tăvile de deshidratare și lăsați-le să se usuce la 60°C timp de 1-2 ore.
- Vă gândiți să aruncați pâinea veche și uscată? Puteți s-o transformați în pesmet prin uscarea pâinii.

Depozitare

- Depozitați alimentele deshidratate în recipiente etanșe, borcane sau chiar pungi de congelare. Nu depozitați direct în recipiente metalice.
- Dacă folosiți o pungă de congelare, asigurați-vă că ați eliminat cât mai mult aer din ea.
- Alimentele vor fi calde după deshidratare. Lăsați alimentele să se răcească timp de 30-60 de minute înainte de a le depozita.
- Dacă se formează condens pe suprafața recipientului, înseamnă că alimentele nu au fost deshidratate corespunzător. Pur și simplu puneți-o din nou în deshidrator pentru mai mult timp.
- Temperatura de depozitare trebuie să fie de 10°C (50°F) sau mai mică.
- Puteți păstra fructele uscate, legumele, ierburile aromatice, nucile și pâinea în frigider sau în congelator timp de până la 1 an.
- Carnea uscată, deshidratată, carnea de pasăre și peștele trebuie păstrate doar timp de 3 luni în frigider sau până la 1 an în congelator.

Sfaturi de la bucătar (continuare)

Alimentele deshidratate

- Adăugând suc de lămâie la fructe, cum ar fi merele și bananele, puteți preveni ca acestea să se închidă la culoare. Se stoarce sucul de lămâie peste fructe sau se lasă să stea într-o soluție de suc de lămâie și apă timp de 5 minute înainte de a le deshidrata.
- Alegeți carne slabă sau tăiați grăsimea de la carnea grasă atunci când preparați carne uscată. Grăsimea se poate râncezi și poate afecta calitatea mâncării.
- Atunci când uscați legumele, mai întâi opăriți-le timp de 1 minut. Opărirea ajută la păstrarea culorii, aromei și texturii acestora.
- Tăiați ingredientele în bucăți egale. Astfel, se asigură că toate bucățile sunt deshidratate în același timp. Puteți congela parțial carnea pentru a asigura o tăiere uniformă. Mandolina este cea mai potrivită pentru felierea legumelor sau a fructelor.
- Evitați deshidratarea mai rapidă a alimentelor prin creșterea temperaturii. Acest lucru poate duce la uscarea excesivă a exteriorului și la neuniformitatea interiorului.
- Dacă alimentele par moi sau spongioase, puneți-le din nou în deshidrator pentru a le usca în continuare. Rezultatul ideal este uscat și ferm.

Instrucțiuni de deshidratare

Temperatură	Alimente
35°C	Plante aromatice
57°C	Legume
57°C	Coji de citrice
63°C	Fructe și pește
66°C	Nuci și semințe
74°C	Carne, Rădăcinoase, Rulouri de fructe

Ajutor rapid

Fructe	Tip	Preparare	Consistență	Durata (ore)
Mere	Fructe	Se curăță de coajă, se curăță de miez și se taie în rondele	Flexibilă	5-6
Caise	Fructe	Se taie în jumătate sau se taie în felii și se îndepărtează miezul	Flexibilă	12-24
Banane	Fructe	Se decojesc și se taie în felii de 0,5 cm	Crocantă	8-24
Cireșe	Fructe	Se taie în jumătate și se îndepărtează miezul	Ca pielea	8-36
Afine	Fructe	Se lasă întreg	Flexibilă	6-30
Curmale	Fructe	Se îndepărtează miezul și se taie în felii	Ca pielea	6-24
Smochine	Fructe	Se taie în felii	Ca pielea	6-24
Struguri	Fructe	Se lasă întreg	Flexibilă	8-38
Mango	Fructe	Se îndepărtează pielea și se taie în felii de 1 cm grosime	Flexibilă	6-16
Nectarină	Fructe	Se taie în jumătate sau se taie în felii și se îndepărtează miezul	Flexibilă	8-26
Piersici	Fructe	Se curăță de coajă, se curăță de miez și se taie în felii	Flexibilă	12-20
Pere	Fructe	Se curăță de coajă și se taie în felii	Flexibilă	10-24
Căpșuni	Fructe	Se taie în felii groase de 1 cm	Flexibilă	8-24
Coajă de portocală	Coajă de citrice	Se decojesc în fâșii lungi	Crocantă	8-16
Coajă de lămâie	Coajă de citrice	Se decojesc în fâșii lungi	Crocantă	8-16
Coajă de lime	Coajă de citrice	Se decojesc în fâșii lungi	Crocantă	8-16
Condiment	Tip	Preparare	Consistență	Durata (ore)
Arpagic	Condiment	Tăiați-l în bucăți	Crocantă	6-10
Rozmarin	Condiment	Lăsați-l pe tijă	Crocantă	6-10
Nuci	Tip	Preparare	Consistență	Durata (ore)
Migdale	Nuci	Se lasă la înmuiat timp de 8 ore	Crocantă	8-24

Ajutor rapid (continuare)

Legume	Tip	Preparare	Consistență	Durata (ore)
Sparanghel	Legume	Se taie în bucăți de 5 cm	Crocantă	6-14
Varză de Bruxelles	Legume	Se taie lăstarii de pe tulpină și se taie în două	Crocantă	8-30
Broccoli	Legume	Se taie în felii și se fierbe până se înmoaie (3-5 minute)	Crocantă	6-20
Varză	Legume	Se taie tulpina și se taie în fâșii de 0,5 cm	Ca pielea	6-14
Conopidă	Legume	Se taie în felii și se fierbe până se înmoaie (3-5 minute)	Ca pielea	6-16
Țelină	Legume	Se taie în bucăți de 0,5 cm	Crocantă	6-14
Castraveți	Legume	Se taie în bucăți de 1 cm	Ca pielea	6-18
Vinete	Legume	Se taie în bucăți de 0,5-1 cm	Crocantă	6-18
Usturoi	Legume	Se decojesc și se taie capetele	Crocantă	6-16
Fasole păstăi	Legume	Se taie capetele și se fierb la aburi	Crocantă	8-26
Ciuperci	Legume	Se taie în felii sau se lasă întregi	Ca pielea	6-14
Ceapă	Legume	Se taie în felii subțiri sau se toacă mărunt	Crocantă	8-14
Mazăre	Legume	Se înăbușă timp de 3-5 minute	Crocantă	8-14
Ardei	Legume	Se îndepărtează miezul și se taie în fâșii sau inele de 0,5 cm	Crocantă	6-14
Rubarbă	Legume	Se decojesc și se taie în felii de 3 mm	Crocantă	8-38
Spanac	Legume	Se înăbușă la aburi până se ofilesc	Crocantă	6-16
Roșii	Legume	Se înlătură pielea și se taie în felii	Ca pielea	8-24
Dovlecel	Legume	Se taie în felii de 3 mm	Crocantă	8-18
Sfeclă	Rădăcinoase	Se opăresc, se răcesc, se îndepărtează vârfurile și rădăcinile, se taie felii	Crocantă	8-26
Morcov	Rădăcinoase	Se taie și se fierbe până se înmoaie (3-5 minute)	Ca pielea	6-12
Cartofi	Rădăcinoase	Tăiați-l în bucăți. Se fierbe înăbușit sau se fierbe timp de 8-10 minute	Crocantă	10-14



jerky



BEEF JERKY

CANTITATE	4 porții
PREPARARE	12 ore 10 minute
DESHIDRATARE	6 ore

907 g pulpă de vită
118 ml sos Worcestershire
118 ml sos de soia
21 g miere
1 g sare

- 1. Se taie** carnea de vită în felii de 5 mm, transversal cu fibrele cărnii.
- 2. Se amestecă** bine sosul Worcestershire, sosul de soia, mierea și sarea.
- 3. Se pune** carnea de vită și marinada într-o pungă de plastic care se poate închide ermetic. Se amestecă bine.
- 4. Se lasă** la marinat în frigider timp de 12 ore sau peste noapte.
- 5. Se scurge** și se aruncă marinada.
- 6. Se aranjează** carnea de vită în mod egal între tăvile deshidratorului Cosori.
- 7. Se lasă** la uscat la 75°C timp de 6 ore sau până când sunt gata.



BACON CONFIAT DULCE-PICANT

CANTITATE	4 porții
PREPARARE	12 ore 10 minute
DESHIDRATARE	6 minute

10 fâșii de bacon
3 ml sos de soia
38 g zahăr brun
30 g sos de usturoi și chilli
5 ml ulei de susan
2 ml mirin

- 1. Se taie** fâșiile de bacon în jumătate sau în treimi. Se dă deoparte.
- 2. Se pun** toate ingredientele într-un bol și se amestecă bine.
- 3. Se pune** baconul feliat și marinada într-o pungă de plastic care se poate închide ermetic. Se amestecă bine.
- 4. Se lasă** la marinat în frigider timp de 12 ore sau peste noapte.
- 5. Se aranjează** baconul în mod egal între tăvile deshidratorului Cosori.
- 6. Se usucă** la 75°C timp de 6 ore sau până când sunt gata.

TERIYAKI BEEF JERKY

CANTITATE	4 porții
PREPARARE	12 ore 10 minute
DESHIDRATARE	6 ore

907 g pulpă de vită
118 ml sos de soia
50 g zahăr brun deschis
0,5 g ghimbir ras
1 cățel de usturoi, zdrobit
60 ml suc de ananas

1. **Se taie** carnea de vită în felii de 5 mm, transversal cu fibrele cărnii.
2. **Se amestecă** sosul de soia, zahărul brun deschis, ghimbirul ras, usturoiul și sucul de ananas până se combină bine.
3. **Se pune** carnea de vită și marinada într-o pungă de plastic care se poate închide ermetic și se amestecă bine.
4. **Se lasă** la marinat la frigider timp de 12 ore sau peste noapte.
5. **Se scurge** și se aruncă marinada.
6. **Se distribuie** uniform carnea de vită marinată între tăvile deshidratorului Cosori.
7. **Se usucă** la 75°C timp de 6 ore sau până când sunt gata.

BEEF JERKY VIETNAMEZ

CANTITATE	4 porții
PREPARARE	12 ore 10 minute
DESHIDRATARE	6 ore

907 g pulpă de vită
75 ml sos de pește asiatic
15 ml sos de soia
suc de la o lămâie verde
50 g zahăr brun

1. **Se taie** carnea de vită în felii de 5 mm, transversal cu fibrele cărnii.
2. **Se amestecă** sosul de pește, sosul de soia, sucul de lime și zahărul brun până se combină bine.
3. **Se pune** carnea de vită și marinada într-o pungă de plastic care se poate închide ermetic și se amestecă bine.
4. **Se lasă** la marinat la frigider timp de 12 ore sau peste noapte.
5. **Se scurge** și se aruncă marinada.
6. **Se distribuie** uniform carnea de vită marinată între tăvile deshidratorului Cosori.
7. **Se usucă** la 75°C timp de 6 ore sau până când sunt gata.

BACON JERKY PENTRU MIC DEJUN

CANTITATE	4 porții
PREPARARE	10 minute
DESHIDRATARE	6 ore

10 fâșii de bacon afumat cu lemn de măr

0,25 g cimbru uscat

0,25 g salvie uscată

4 g zahăr brun deschis

1 g semințe de fenicul măcinate

0,5 g boia de ardei roșu zdrobit

1 g piper negru

1,5 g praf de usturoi

1 g praf de ceapă

1. **Se taie** fâșiile de bacon în jumătate sau în treimi. Se dă deoparte.
2. **Se amestecă** toate condimentele până se combină bine.
3. **Se presară** generos ambele părți ale baconului cu condimente.
4. **Se distribuie** baconul în mod egal între tăvile deshidratorului Cosori.
5. **Se usucă** la 75°C timp de 6 ore sau până când este gata.



JALAPENO LIME JERKY

CANTITATE	4 porții
PREPARARE	12 ore 10 minute
DESHIDRATARE	6 ore

907 g pulpe de vită
12 de jalapeno cu semințe
sucul de la 4 lămâi verzi
16 g coriandru proaspăt
4 cepe verzi, tocate mărunt
2 căței de usturoi
6 g sare
1,5 g chimen măcinat
2 g boia de ardei roșu zdrobit
1 g piper negru

Unelte necesare

Blender sau robot de bucătărie

- 1. Se taie** carnea de vită în felii de 5 mm, transversal cu fibrele cărnii. Se dă deoparte.
- 2. Se amestecă** ardeii jalapeño, sucul de lămâie, coriandru, ceapa verde, usturoiul, sarea, chimenul, boiaua și piperul negru într-un blender sau într-un robot de bucătărie până când se omogenizează.
- 3. Se pune** carnea de vită și marinada într-o pungă de plastic care se poate închide ermetic. Se amestecă bine.
- 4. Se lasă** la marinat la frigider timp de 12 ore sau peste noapte.
- 5. Se scurge** și se aruncă marinada.
- 6. Se aranjează** carnea de vită în mod egal între tăvile deshidratorului Cosori.
- 7. Se usucă** la 75°C timp de 6 ore sau până când sunt gata.



SRIRACHA HONEY JERKY

CANTITATE	4 porții
PREPARARE	12 ore 10 minute
DESHIDRATARE	6 ore

907 g pulpă de vită
314 g Sriracha
126 g miere
4 ml de oțet de vin de orez
6 g sare

- 1. Se taie** carnea de vită în felii de 5 mm, transversal cu fibrele cărnii.
- 2. Se amestecă** Sriracha, mierea, oțetul de vin de orez și sarea până se combină bine.
- 3. Se pune** carnea de vită și marinada într-o pungă care se poate închide ermetic. Se amestecă bine.
- 4. Se lasă** la marinat la frigider timp de 12 ore sau peste noapte.
- 5. Se scurge** și se aruncă marinada.
- 6. Se aranjează** carnea de vită în mod egal între tăvile deshidratorului Cosori.
- 7. Se usucă** la 75°C timp de 6 ore sau până când sunt gata.

CHIPOTLE PORK JERKY

CANTITATE	2 porții
PREPARARE	12 ore 10 minute
DESHIDRATARE	6 ore

453 g cotlet de porc
1 cutie (200 g) de ardei Chipotle în sos adobo
14 g de piure de roșii
4 g zahăr
3 g praf de usturoi
6 g sare

Unelte necesare

Blender

- 1. Se taie** cotletul în felii de 5 mm grosime. Se dă deoparte.
- 2. Se amestecă** sosul chipotle adobo, pasta de tomate, zahărul, pudra de usturoi și sarea într-un blender până se omogenizează.
- 3. Se pune** cotletul tăiat felii și marinada de chipotle într-o pungă de plastic care se poate închide ermetic. Se amestecă bine.
- 4. Se lasă** la marinat la frigider timp de 12 ore sau peste noapte.
- 5. Se aranjează** carnea de porc în mod egal între tăvile deshidratorului Cosori.
- 6. Se usucă** la 70°C timp de 6 ore sau până când sunt gata.

CAROLINA PORK JERKY

CANTITATE	2 porții
PREPARARE	12 ore 10 minute
DESHIDRATARE	6 ore

453 g cotlet de porc
118 g ketchup
2 g ardei iute afumat
3 g praf de usturoi
2 g praf de ceapă
3 g de pudră de ardei iute
2 g muștar măcinat
3 g sare
1 g piper

- 1. Se taie** cotletul în felii de 5 mm grosime. Se dă deoparte.
- 2. Se amestecă** bine ketchupul, paprika afumată, pudra de usturoi, pudra de ceapă, pudra de ardei iute, muștarul măcinat, sarea și piperul.
- 3. Se pune** carnea de porc tăiată felii și marinada într-o pungă de plastic care se poate închide ermetic. Se amestecă bine.
- 4. Se lasă** la marinat la frigider timp de 12 ore sau peste noapte.
- 5. Se scurge** și se aruncă marinada.
- 6. Se aranjează** carnea de porc în mod egal între tăvile deshidratorului Cosori.
- 7. Se usucă** la 70°C timp de 6 ore sau până când sunt gata.

BULGOGI BEEF JERKY

CANTITATE	4 porții
PREPARARE	12 ore 10 minute
DESHIDRATARE	6 ore

907 g pulpă de vită
56 ml sos de soia
50 g zahăr brun
15 ml ulei de susan
10 g praf de usturoi
6 g sare

- 1. Se taie** carnea de vită în felii de 5 mm, transversal cu fibrele cărnii.
- 2. Se amestecă** sosul de soia, zahărul brun, uleiul de susan, pudra de usturoi și sarea până se combină bine.
- 3. Se pune** carnea de vită și marinada într-o pungă de plastic care se poate închide ermetic. Se amestecă bine.
- 4. Se lasă** la marinat la frigider timp de 12 ore sau peste noapte.
- 5. Se scurge** și se aruncă marinada.
- 6. Se aranjează** carnea de vită marinată în mod egal între tăvile deshidratorului Cosori.
- 7. Se usucă** la 75°C timp de 6 ore sau până când sunt gata.



JERKY CU USTUROI ȘI SOS DE SOIA

CANTITATE	4 porții
PREPARARE	12 ore 10 minute
DESHIDRATARE	6 ore

907 g pulpă de vită
200 ml sos de soia
16 ml sos Worcestershire
12 g praf de usturoi
50 g zahăr brun deschis
3 g sare

- 1. Se taie** carnea de vită în felii de 5 mm, transversal cu fibrele cărnii. Se dă deoparte.
- 2. Se amestecă** sosul de soia, Worcestershire, pudra de usturoi, zahărul brun deschis și sarea până se combină bine.
- 3. Se pune** carnea de vită și marinada într-o pungă de plastic care se poate închide ermetic. Se amestecă bine.
- 4. Se lasă** la marinat la frigider timp de 12 ore sau peste noapte.
- 5. Se scurge** și se aruncă marinada.
- 6. Se aranjează** carnea de vită în mod egal între tăvile deshidratorului Cosori.
- 7. Se usucă** la 75°C timp de 6 ore, sau până când sunt gata.



THAI CURRY JERKY

CANTITATE	4 porții
PREPARARE	12 ore 10 minute
DESHIDRATARE	6 ore

453 g cotlet de porc
85 g pateu de curry roșu thailandez
36 ml sos de pește
1 tulpină de lemongrass, numai
partea albă, tăiată mărunt
1 cățel de usturoi
4 g zahăr brun
30 ml apă
2 g sare

Unelte necesare

Blender sau robot de bucătărie

- 1. Se taie** cotletul în felii de 5 mm grosime. Se dă deoparte.
- 2. Se amestecă** pasta de curry, sosul de pește, lemongrass, usturoiul, zahărul brun, apa și sarea într-un blender sau într-un robot de bucătărie până la omogenizare.
- 3. Se pune** cotletul tăiat în felii și marinada thailandeză într-o pungă de plastic care se poate închide ermetic. Se amestecă bine.
- 4. Se lasă** la marinat la frigider timp de 12 ore sau peste noapte.
- 5. Se aranjează** carnea de porc în mod egal între tăvile deshidratorului lui Cosori.
- 6. Se usucă** la 70°C timp de 6 ore sau până când sunt gata.



SMOKY MAPLE JERKY

CANTITATE	4 porții
PREPARARE	12 ore 10 minute
DESHIDRATARE	6 ore

907 g pulpă de vită
130 ml sirop de arțar
50 ml sos de soia
5 ml de fum lichid
3 g praf de usturoi
2 g praf de ceapă
3 g sare
0,5 g piper negru

- 1. Se taie** carnea de vită în felii de 5 mm, transversal cu fibrele cărnii. Se dă deoparte.
- 2. Se amestecă** siropul de arțar, sosul de soia, fumul lichid, pudra de usturoi, pudra de ceapă, sarea și piperul negru până se combină bine.
- 3. Se pune** carnea de vită și marinada într-o pungă de plastic care se poate închide ermetic. Se amestecă bine.
- 4. Se lasă** la marinat la frigider timp de 12 ore sau peste noapte.
- 5. Se scurge** și se aruncă marinada.
- 6. Se aranjează** carnea de vită în mod egal între tăvile deshidratorului Cosori.
- 7. Se usucă** la 75°C timp de 6 ore sau până când este gata.



JERK JERKY JAMAICAN

CANTITATE	4 porții
PREPARARE	12 ore 10 minute
DESHIDRATARE	6 ore

907 g pulpă de vită
120 ml suc proaspăt de lămâie verde
62 ml de oțet alb distilat
25 g zahăr brun închis
4 g piper negru măcinat
12 g sare
4 g praf de ceapă
2 g cimbru uscat
4 g de ghimbir, ras
2 g piper măcinat
2 g piper cayenne
1,5 g scortșoară măcinată
1 g ardei iute afumat
4 căței de usturoi, rași

- 1. Se taie** carnea de vită în felii de 5 mm, transversal cu fibrele cărnii. Se dă deoparte.
- 2. Se amestecă** toate ingredientele până se obține o consistență uniformă.
- 3. Se pune** carnea de vită și marinada într-o pungă de plastic care se poate închide ermetic. Se amestecă bine.
- 4. Se lasă** la marinat la frigider timp de 12 ore sau peste noapte.
- 5. Se scurge** și se aruncă marinada.
- 6. Se aranjează** carnea de vită în mod egal între tăvile deshidratorului Cosori.
- 7. Se usucă** la 75°C timp de 6 ore sau până când sunt gata.

BEEF JERKY CU MUȘTAR BALSAMIC

CANTITATE	4 porții
PREPARARE	12 ore 10 minute
DESHIDRATARE	6 ore

907 g pulpă de vită
250 ml de oțet balsamic
28 ml ulei de măsline
16 g de muștar dijon
2 căței de usturoi, zdrobiți
6 g sare

- 1. Se taie** carnea de vită în felii de 5 mm, transversal cu fibrele cărnii.
- 2. Se amestecă** bine oțetul balsamic, uleiul de măsline, muștarul Dijon, usturoiul și sarea.
- 3. Se pune** carnea de vită și marinada într-o pungă de plastic care se poate închide ermetic. Se amestecă bine.
- 4. Se lasă** la marinat la frigider timp de 12 ore sau peste noapte.
- 5. Se scurge** și se aruncă marinada.
- 6. Se aranjează** carnea de vită în mod egal între tăvile deshidratorului Cosori.
- 7. Se usucă** la 75°C timp de 6 ore sau până când sunt gata.

BUFFALO BEEF JERKY

CANTITATE	4 porții
PREPARARE	12 ore 10 minute
DESHIDRATARE	6 ore

907 g pulpă de vită
30 ml sos de aripi de pui buffalo
6 g sare

- 1. Se taie** carnea de vită în felii de 5 mm, transversal cu fibrele cărnii.
- 2. Se amestecă** sosul pentru aripi de pui buffalo și sarea până se combină bine.
- 3. Se pune** carnea de vită și marinada într-o pungă de plastic care se poate închide ermetic. Se amestecă bine.
- 4. Se lasă** la marinat la frigider timp de 12 ore sau peste noapte.
- 5. Se scurge** și se aruncă marinada.
- 6. Se aranjează** carnea de vită în mod egal între tăvile deshidratorului Cosori.
- 7. Se usucă** la 75°C timp de 6 ore sau până când este gata.

JERKY BBQ BRAZILIAN

CANTITATE	4 porții
PREPARARE	12 ore 10 minute
DESHIDRATARE	6 ore

907 g pulpă de vită
4 g chimen măcinat
4 g de oregano uscat
2 g praf de ceapă
2 g de coriandru măcinat
6 g sare
2 g piper negru
4 căței de usturoi, rași
128 ml suc de lămâie verde
70 ml ulei de măsline
2 g piper roșu zdrobit

- 1. Se taie** carnea de vită în felii de 5 mm, transversal cu fibrele cărnii. Se dă deoparte.
- 2. Se amestecă** împreună chimenul, oregano, praful de ceapă, coriandru, sarea, piperul negru, usturoiul, sucul de lămâie, uleiul de măsline și piperul roșu zdrobit până se combină bine.
- 3. Se pune** carnea de vită și marinada într-o pungă de plastic care se poate închide ermetic. Se amestecă bine.
- 4. Se lasă** la marinat la frigider timp de 12 ore sau peste noapte.
- 5. Se scurge** și se aruncă marinada.
- 6. Se aranjează** carnea de vită în mod egal între tăvile deshidratorului Cosori.
- 7. Se usucă** la 75°C timp de 6 ore sau până când sunt gata.



SWEET HEAT JERKY

CANTITATE	2 porții
PREPARARE	12 ore 10 minute
DESHIDRATARE	6 ore

907 g pulpă de vită
120 ml sos de soia
60 ml sos Worcestershire
60 g ketchup
20 g de muștar dijon
75 g zahăr brun deschis
8 g paprika afumată
8 g de pudră de ardei iute
5 g piper cayenne
3 g praf de usturoi
2 g praf de ceapă
6 g sare

- 1. Se taie** carnea de vită în felii de 5 mm, transversal cu fibrele cărnii. Se dă deoparte.
- 2. Se amestecă** sosul de soia, sosul Worcestershire, ketchup-ul, muștarul, zahărul brun, paprika afumată, pudra de chili, piperul Cayenne, pudra de usturoi, pudra de ceapă și sarea până când se combină bine.
- 3. Se pune** carnea de vită și marinada într-o pungă de plastic care se poate închide ermetic. Se amestecă bine.
- 4. Se lasă** la marinat la frigider timp de 12 ore sau peste noapte.
- 5. Se scurge** și se aruncă marinada.
- 6. Se aranjează** carnea de vită în mod egal între tăvile din deshidratorul Cosori.
- 7. Se usucă** la 75°C timp de 6 ore sau până când sunt gata.



JERKY CU PIPER

CANTITATE	4 porții
PREPARARE	12 ore 10 minute
DESHIDRATARE	6 ore

907 g pulpă de vită
120 ml sos de soia
62 ml sos Worcestershire
5 g piper negru
1 g piper alb

- 1. Se taie** carnea de vită în felii de 5 mm, transversal cu fibrele cărnii. Se dă deoparte.
- 2. Se amestecă** sosul de soia, sosul Worcestershire, piperul negru și piperul alb până se combină bine.
- 3. Se pune** carnea de vită și marinada într-o pungă de plastic care se poate închide ermetic. Se amestecă bine.
- 4. Se lasă** la marinat la frigider timp de 12 ore sau peste noapte.
- 5. Se scurge** și se aruncă marinada.
- 6. Se aranjează** carnea de vită în mod egal între tăvile din deshidratorul Cosori.
- 7. Se usucă** la 75°C timp de 6 ore sau până când sunt gata.

PORK JERKY DULCE ACRIȘOR

CANTITATE	4 porții
PREPARARE	12 ore 10 minute
DESHIDRATARE	6 ore

453 g cotlet de porc
36 ml sos de pește
62 ml suc de lămâie verde
50 g zahăr brun deschis
1 șalotă medie, rasă
2 căței de usturoi, rași
1 g piper negru
2 g sare

1. **Se taie** cotletul în felii de 5 mm, transversal cu fibrele cărnii. Se dă deoparte.
2. **Se amestecă** sosul de pește, sucul de lămâie, zahărul brun, ceapa ursului, usturoiul, piperul negru și sarea până când se combină bine.
3. **Se pune** carnea de porc tăiată felii și marinada într-o pungă de plastic care se poate închide ermetic. Se amestecă bine.
4. **Se lasă** la marinat la frigider timp de 12 ore sau peste noapte.
5. **Se scurge** și se aruncă marinada.
6. **Se aranjează** carnea de porc în mod egal între tăvile deshidratorului Cosori.
7. **Se usucă** la 70°C timp de 6 ore sau până când sunt gata.

TOFU JERKY CU CONDIMENTE ȘI USTUROI

CANTITATE	2 porții
PREPARARE	12 ore 10 minute
DESHIDRATARE	6 ore

453 g tofu foarte tare
62 ml de oțet balsamic
3 g praf de usturoi
2 g praf de ceapă
1 g busuioc uscat
1 g de oregano uscat
1 g piper roșu zdrobit
2 g piper negru
3 g sare

1. **Se taie** tofu în felii de 6 mm grosime. Se dă deoparte.
2. **Se amestecă** oțetul balsamic, praful de usturoi, praful de ceapă, busuiocul, oregano, piperul roșu zdrobit, piperul negru și sarea până se combină bine.
3. **Se pune** tofu și marinada într-o pungă de plastic care se poate închide ermetic. Se amestecă bine.
4. **Se lasă** la marinat la frigider timp de 12 ore sau peste noapte.
5. **Se scurge** și se aruncă marinada.
6. **Se aranjează** tofu în mod egal între tăvile deshidratorului Cosori.
7. **Se usucă** la 70°C timp de 6 ore sau până când este gata.

FISH JERKY CU LĂMÂIE ȘI MĂRAR

CANTITATE	2 porții
PREPARARE	4 ore 5 minute
DESHIDRATARE	8 ore

453 g fileuri de cod de Alaska
sucul de la 1 lămâie
2 g coajă de lămâie
28 ml ulei de măsline
2 g mărar
1 cățel de usturoi, tocat mărunt
un vârf de cuțit de sare

- 1. Se taie** peștele în felii de 6 mm grosime. Se dă deoparte.
- 2. Se amestecă** sucul de lămâie, coaja de lămâie, uleiul de măsline, mărarul, usturoiul și sarea până se combină bine.
- 3. Se pune** peștele și marinada într-o pungă de plastic care se poate închide ermetic. Se amestecă bine.
- 4. Se lasă** la marinat la frigider timp de 4 ore.
- 5. Se scurge** și se aruncă marinada.
- 6. Se aranjează** peștele în mod egal între tăvile deshidratorului Cosori.
- 7. Se usucă** la 65°C timp de 8 ore sau până la fierbere.



GĂLBENUȘ DE OU DESHIDRATAT

CANTITATE	6 porții
PREPARARE	96 de ore
DESHIDRATARE	3 ore

250 g zahăr
490 g sare kosher
6 gălbenușuri de ou

Unelte necesare
tavă de copt de 15 x 15 cm

1. **Se amestecă** zahărul și sarea într-un castron până se combină bine.
2. **Se presară** jumătate din amestecul de sare și zahăr în tigaie.
3. **Se fac** 6 adâncituri cu fundul unei linguri sau al unei căni de măsură.
4. **Se pune** un gălbenuș de ou în fiecare adâncitură și se acoperă cu restul amestecului de sare și zahăr.
5. **Se acoperă** bine tava cu folie de plastic și se dă la frigider pentru 3-4 zile.
6. **Se scot** cu grijă gălbenușurile din patul de sare și se pun într-un bol cu apă.
7. **Se îndepărtează** ușor excesul de sare și zahăr.
8. **Se aranjează** gălbenușurile în mod egal între tăvile deshidratorului Cosori.
9. **Se usucă** la 60°C timp de 3 ore.
10. **Se păstrează** într-un recipient ermetic sau se rade imediat pe paste sau legume.



JERKY DE SOMON AFUMAT

CANTITATE	2 porții
PREPARARE	4 ore 10 minute
DESHIDRATARE	8 ore

680 g somon
120 ml sos de soia
20 g melasă
14 ml suc de lămâie, proaspăt stors
4 g piper negru proaspăt măcinat
5 ml de fum lichid

- 1. Se taie** peștele în felii de 6 mm grosime. Se dă deoparte.
- 2. Se amestecă** sosul de soia, melasa, sucul de lămâie, piperul negru și fumul lichid până se combină bine.
- 3. Se pune** somonul și marinada într-o pungă de plastic care se poate închide ermetic. Se amestecă bine.
- 4. Se lasă** la marinat la frigider timp de 4 ore.
- 5. Se scurge** și se aruncă marinada.
- 6. Se aranjează** somonul în mod egal între tăvile deshidratorului Cosori.
- 7. Se usucă** la 65°C timp de 8 ore sau până când sunt gata.



JERKY DE SOMON TERIYAKI

CANTITATE	2 porții
PREPARARE	4 ore 10 minute
DESHIDRATARE	8 ore

453 g somon
120 ml sos de soia
50 g zahăr
1 g de ghimbir, ras
1 cățel de usturoi, zdrobit
65 ml suc de portocale

- 1. Se taie** peștele în felii de 6 mm grosime. Se dă deoparte.
- 2. Se amestecă** sosul de soia, zahărul, ghimbirul ras, usturoiul și sucul de portocale până se combină bine.
- 3. Se pune** somonul și marinada într-o pungă de plastic care se poate închide ermetic. Se amestecă bine.
- 4. Se lasă** la marinat la frigider timp de 4 ore.
- 5. Se scurge** și se aruncă marinada.
- 6. Se aranjează** somonul în mod egal între tăvile deshidratorului Cosori.
- 7. Se usucă** la 65°C timp de 8 ore sau până când sunt gata.

JERKY DE COD CAJUN

CANTITATE	2 porții
PREPARARE	4 ore 10 minute
DESHIDRATARE	8 ore

680 g fileuri de cod de Alaska
sucul de la 1 lămâie
3 g praf de usturoi
2 g ardei iute
2 g praf de ceapă
0,5 g piper cayenne
1 g piper negru
un vârf de cuțit de sare

1. **Se taie** peștele în felii de 6 mm grosime. Se dă deoparte.
2. **Se amestecă** sucul de lămâie, praful de usturoi, paprika, praful de ceapă, piperul cayenne, piperul negru și sarea până se combină bine.
3. **Se pune** peștele și marinada într-o pungă de plastic care se poate închide ermetic. Se amestecă bine.
4. **Se lasă** la marinat la frigider timp de 4 ore.
5. **Se scurge** și se aruncă marinada.
6. **Se aranjează** peștele în mod egal între tăvile deshidratorului Cosori.
7. **Se usucă** la 65°C timp de 8 ore sau până când e gata.

JERKY DE TOFU SRIRACHA CU CONDIMENTE

CANTITATE	2 porții
PREPARARE	12 ore 10 minute
DESHIDRATARE	6 ore

453 g tofu foarte tare
60 ml sos de soia
30 g Sriracha
42 g miere
3 g praf de usturoi

1. **Se taie** tofu în felii de 6 mm grosime. Se dă deoparte.
2. **Se amestecă** sosul de soia, Sriracha, mierea și praful de usturoi până se combină bine.
3. **Se pune** tofu și marinada într-o pungă de plastic care se poate închide ermetic. Se amestecă bine.
4. **Se lasă** la marinat la frigider timp de 12 ore sau peste noapte.
5. **Se scurge** și se aruncă marinada.
6. **Se aranjează** tofu în mod egal între tăvile deshidratorului Cosori.
7. **Se usucă** la 70°C timp de 6 ore sau până când e gata.



fructe



PIERSICI CU BOURBON ȘI MIERE

CANTITATE	1 porție
PREPARARE	4 ore 10 minute
DESHIDRATARE	16 ore

1 piersică, decojită și fără sămburi
60 ml apă clocotită
60 ml de miere
3 ml de bourbon

- 1. Se taie** piersica în felii de 1,2 mm grosime și se pune într-o pungă de plastic care se poate închide ermetic.
- 2. Se amestecă** apa fierbinte și mierea pentru a dizolva mierea. Apoi se adaugă bourbonul.
- 3. Se adaugă** amestecul de miere și bourbon la piersică și se lasă la marinat timp de 4 ore.
- 4. Se aranjează** feliile de piersică în mod egal între tăvile deshidratorului Cosori.
- 5. Se usucă** la 60°C timp de 12-16 ore sau până când sunt gata.

TUILE DE ZMEURĂ

CANTITATE	4 porții
PREPARARE	10 minute
DESHIDRATARE	5 ore

680 g zmeură
26 g zahăr granulat

Unelte necesare

Blender
Filtru fin

1. **Se mixează** zmeura și zahărul la viteză mică până la omogenizare.
2. **Se strecoară** amestecul de fructe pentru a scăpa de semințe.
3. **Se toarnă** înapoi în blender și se amestecă la viteză mare până la omogenizare.
4. **Se toarnă** piureul de fructe pe o foaie de deshidratare fructe Cosori tapetată cu hârtie de copt. Este posibil să rămână puțin piure.
5. **Se usucă** la 75°C timp de 3 până la 5 ore sau până când sunt gata.

TUILE DE MURE

CANTITATE	4 porții
PREPARARE	10 minute
DESHIDRATARE	5 ore

680 g de mure
26 g zahăr granulat

Unelte necesare

Blender

1. **Se amestecă** murele și zahărul într-un blender la viteză mică până când se omogenizează.
2. **Se strecoară** amestecul de fructe pentru a scăpa de semințe.
3. **Se toarnă** din nou în blender și se amestecă la viteză mare până la omogenizare.
4. **Se toarnă** piureul de fructe pe o foaie deshidratare de fructe Cosori tapetată cu hârtie de copt. Este posibil să rămână puțin piure.
5. **Se usucă** la 75°C timp de 3-5 ore, sau până când este gata.

PIELE DE FRUCTE DE CAISE ȘI PIERSICI

CANTITATE	4 porții
PREPARARE	20 de minute
DESHIDRATARE	12 ore

3 caise, decojite și fără sămburi
3 piersici, decojite și fără sămburi
13 g zahăr granulat

Unelte necesare
Blender sau mixer

1. **Se pun** caisele, piersicile și zahărul într-o cratiță.
2. **Se gătesc** piersicile la foc mic timp de 10-15 minute, până se înmoaie.
3. **Se amestecă** cu un handblender. Dacă folosiți un blender obișnuit, amestecați fructele la viteză mică și creșteți treptat viteza.
4. **Se toarnă** piureul de fructe pe o foaie de deshidratare de fructe Cosori tapetată cu hârtie de copt. Este posibil să rămână puțin piure.
5. **Se usucă** la 75°C timp de 8-12 ore sau până când sunt gata.
6. **Se scoate** cu grijă pielea fructelor de pe hârtia de copt după 6 ore.
7. **Se așează** pielița de fructe întărită direct pe tavă și se usucă pentru timpul rămas.



CHIPSURI DE MERE CONDIMENTATE

CANTITATE	4 porții
PREPARARE	10 minute
DESHIDRATARE	12 ore

2 mere roșii
suc de ½ lămâie
13 g zahăr
3 g scorțișoară măcinată
1 g de nucșoară
2 ml extract de vanilie

1. **Se curăță** merele de coajă și de miez, apoi se taie în felii de 6 mm grosime.
2. **Se amestecă** sucul de lămâie, zahărul, scorțișoara, nucșoara, extractul de vanilie și mărul tăiat felii până când mărul este acoperit uniform.
3. **Se aranjează** feliile de mere în mod egal între tăvile deshidratorului Cosori.
4. **Se usucă** la 65°C timp de 6-12 ore sau până când sunt gata.



PIELE DE FRUCTE DE STRUGURI ȘI PRUNE

CANTITATE	4 porții
PREPARARE	20 de minute
DESHIDRATARE	12 ore

5 prune uscate, fără sămburi
1 ciorchină de struguri roșii, fără
semințe
26 g zahăr tos

Unelte necesare
Blender sau mixer

1. **Se pun** prunele, strugurii și zahărul într-un vas.
2. **Se fierb** prunele și strugurii pe aragaz, la foc mic, timp de 10-15 minute, până când prunele și strugurii sunt moi.
3. **Se amestecă** cu un blender. Dacă folosiți un mixer convențional, amestecați fructele la viteză mică și creșteți treptat viteza.
4. **Se toarnă** piureul de fructe pe o foaie de fructe Cosori tapetată cu hârtie de copt. Este posibil să rămână puțin piure.
5. **Se usucă** la 75°C timp de 8-12 ore sau până când sunt gata.
6. **Se scoate** cu grijă pielea de fructe de pe hârtia de copt, după 6 ore.
7. **Se așează** pielița de fructe întărită direct pe tavă și se usucă pentru timpul rămas.

PIELE DE FRUCTE DIN FRUCTE DE PĂDURE ROȘII

CANTITATE	4 porții
PREPARARE	10 minute
DESHIDRATARE	12 ore

453 g căpșuni
62 g zmeură
4 ml extract de vanilie

Unelte necesare

Blender

1. **Se amestecă** toate ingredientele într-un blender la viteză mică până la omogenizare.
2. **Se strecoară** amestecul de fructe pentru a scăpa de semințe.
3. **Se toarnă** din nou în blender și se amestecă la viteză mare până la omogenizare.
4. **Se toarnă** piureul de fructe pe o foaie de fructe Cosori tapetată cu hârtie de copt. Este posibil să rămână puțin piure.
5. **Se usucă** la 75°C timp de 8-12 ore sau până când sunt gata.

PIELE DE FRUCTE DIN FRUCTE DE PĂDURE NEGRI ȘI ALBAȘTRI

CANTITATE	4 porții
PREPARARE	10 minute
DESHIDRATARE	12 ore

453 g afine
72 g de mure

Unelte necesare

Blender
Filtru fin

1. **Se amestecă** toate ingredientele într-un blender la viteză mică până la omogenizare.
2. **Se strecoară** amestecul de fructe pentru a scăpa de semințe.
3. **Se toarnă** din nou în blender și se amestecă la viteză mare.
4. **Se toarnă** piureul de fructe pe o foaie de fructe Cosori tapetată cu hârtie de copt. Este posibil să rămână puțin piure.
5. **Se usucă** la 75°C timp de 8-12 ore sau până când sunt gata.

BANANĂ ÎNVELITĂ ÎN CIOCOLATĂ

CANTITATE	2 porții
PREPARARE	10 minute
DESHIDRATARE	16 ore

1 banană, tăiată în felii subțiri
112 g ciocolată amară
Sare de mare, pentru presărare

1. **Se așază** uniform bananele feliate pe tăvile de uscare Cosori.
2. **Se usucă** la 65°C timp de 12-16 ore sau până când sunt gata.
3. **Se topește** ciocolata într-un bol care poate fi încălzit la microunde, la intervale de 30 de secunde. Se amestecă la fiecare pauză, repetând până când ciocolata este complet topită.
4. **Se scufundă** feliile de banane uscate în ciocolata topită.
5. **Se presară** bananele acoperite cu ciocolată cu sare de mare și se lasă să se răcească și să se întărească.



Snackuri



CHIPS DE DOVLECEL

CANTITATE	4 porții
PREPARARE	10 minute
DESHIDRATARE	12 ore

2 dovlecei
14 ml ulei de măsline
3 g praf de usturoi
2 g praf de ceapă
2 g ardei iute
1 g piper negru
3 g sare

1. **Se taie** dovleceii în felii de 6 mm grosime.
2. **Se amestecă** bine toate ingredientele cu dovlecelul într-un castron.
3. **Se așează** feliile de dovleac în mod egal între tăvile deshidratorului Cosori.
4. **Se usucă** la 75°C timp de 12 ore sau până când sunt gata.



SHAWARMA KALE CHIPS

CANTITATE	4 porții
PREPARARE	5 minute
DESHIDRATARE	13 ore

115 g de varză kale, tocată mărunt
10 ml ulei de măsline
2 g chimen
2 g praf de usturoi
1 g scorțișoară
1 g coriandru măcinat
1 g ardei iute afumat
3 g sare
0,5 g cardamom măcinat

1. **Se amestecă** bine ingredientele într-un bol.
2. **Se așează** varza kale în mod egal între tăvile deshidratorului Cosori.
3. **Se usucă** la 55°C timp de 12-13 ore sau până când sunt gata.
4. **Se păstrează** într-un recipient ermetic până la 1 săptămână.



CHIPS DE MORCOV RANCH

CANTITATE	6 porții
PREPARARE	8 minute
DESHIDRATARE	12 ore

3 morcovi mari, curățați de coajă
22 ml apă
1 pachet de condimente ranch
dressing

1. **Se curăță** morcovii în fâșii lungi cu un curățător de legume și se pun fâșiile de morcovi într-un castron mare.
2. **Se amestecă** morcovii cu apă și condimentele pentru sos ranch.
3. **Se aranjează** fâșiile de morcovi în mod egal între tăvile deshidratorului Cosori.
4. **Se usucă** la 65°C timp de 8-12 ore sau până e gata.

CHIPS DE VARZĂ CU USTUROI

CANTITATE	4 porții
PREPARARE	5 minute
DESHIDRATARE	13 ore

115 grame de varză kale tocată
10 ml ulei de măsline
6 g praf de usturoi
15 g parmezan ras
3 g sare

1. **Se amestecă** bine ingredientele într-un bol.
2. **Se aranjează** varza kale în mod egal între tăvile deshidratorului Cosori.
3. **Se usucă** la 50°C timp de 12-13 ore sau până când sunt gata.
4. **Se păstrează** într-un recipient ermetic până la 1 săptămână.

CHIPS DE CARTOFI DESHIDRATAȚI

CANTITATE	porții
PREPARARE	40 de minute
DESHIDRATARE	10 ore

1 cartof mare, curățat de coajă
950 ml apă clocotită
5 ml suc de lămâie
Spray de gătit antiaderent
1 g sare

1. **Se taie** cartofii curățați de coajă pe o mandolină în felii de 1 mm grosime.
2. **Se pun** feliile într-un castron mare cu apă clocotită și suc de lămâie.
3. **Se înmoaie** feliile de cartofi în acest amestec timp de 30 de minute.
4. **Se scot** feliile de cartofi și se usucă cu prosoape de hârtie.
5. **Se stropesc** ușor feliile de cartofi cu spray de gătit antiaderent și se presară cu sare.
6. **Se așează** cartofii în mod egal între tăvile deshidratorului Cosori.
7. **Se usucă** la 70°C timp de 10 ore sau până devin crocante.

MIGDALE DULCI- PICANTE

CANTITATE

PREPARARE

DESHIDRATARE

2 porții

8 ore și 5 minute

24 de ore

64 g migdale

950 ml apă

7 g sare

13 g zahăr tos

1 g piper cayenne

1 g piper negru

1. **Se înmoaie** migdalele în apă timp de 8 ore, se adaugă 6 g de sare în apă.
2. **Se scurg** migdalele și se usucă prin tamponare.
3. **Se presară** migdalele cu restul de sare, zahăr, piper Cayenne și piper negru până când migdalele sunt acoperite uniform.
4. **Se aranjează** migdalele în mod egal între tăvile deshidratorului Cosori.
5. **Se usucă** la 65°C timp de 24 de ore sau până la fierbere.



CHIPS DE PORUMB

CANTITATE	4 porții
PREPARARE	15 minute
DESHIDRATARE	12 ore

2 știuleți de porumb
112 g semințe de in aurii
60 ml apă
3 g sare
1 g praf de usturoi

Unelte necesare
Blender

1. **Se taie** boabele de porumb de pe știulete.
2. **Se pun** boabele de porumb, semințele de in, apa, sarea și praful de usturoi într-un blender și se pasează până la omogenizare.
3. **Se taie** 2 bucăți de hârtie de copt care să se potrivească cu dimensiunea tăvilor de uscare Cosori.
4. **Se întinde** piureul pe tăvile tapetate cu hârtie de copt până la o grosime de 3 mm.
5. **Se usucă** la 75°C timp de 8-12 ore sau până devin crocante.
6. **Se scot** cu grijă chipsurile de pe hârtia de copt după 6 ore.
7. **Se așează** chipsurile pe o suprafață plană și se taie în bucăți mai mici.
8. **Se pun** chipsurile direct pe tavă și se usucă pentru restul timpului.



BISCUIȚI CU SEMINȚE

CANTITATE	4 porții
PREPARARE	5 minute
DESHIDRATARE	12 ore

40 g semințe de in
40 g semințe de chia
120 g semințe de dovleac
6 g sare
2 g praf de usturoi
1 g praf de ceapă
1 g piper cayenne
1 g piper negru
250 ml apă

1. **Se amestecă** toate ingredientele într-un castron mare.
2. **Se înmoaie** semințele în apă timp de aproximativ 3 minute sau până când se absoarbe apa.
3. **Se taie** 2 bucăți de hârtie de copt care să se potrivească cu dimensiunea tăvilor de uscare Cosori.
4. **Se întinde** amestecul pe tăvile tapetate cu hârtie de copt până la o grosime de 3 mm.
5. **Se usucă** la 75°C timp de 8-12 ore sau până devin crocante.
6. **Se scot** cu grijă biscuiții de pe hârtia de copt după 6 ore.
7. **Se așează** biscuiții pe o suprafață plană și se taie în bucăți mai mici.
8. **Se pun** biscuiții direct pe tavă și se usucă pentru restul timpului.

BISCUIȚI CU USTUROI ȘI CEAPĂ VERDE

CANTITATE	4 porții
PREPARARE	15 minute
DESHIDRATARE	12 ore

14 ml ulei de măsline
5 șalote, se taie vârfurile
rădăcinilor
2 căței de usturoi
250 ml apă
6 g sare
1 g piper negru
300 g semințe de in

Unelte necesare
Blender

1. **Se încălzește** o tigaie pe aragaz, la foc mediu, timp de 5 minute.
2. **Se adaugă** uleiul de măsline și se încălzește timp de 15 secunde, apoi se adaugă șalota și căței de usturoi.
3. **Se prăjește** usturoiul până se rumenește ușor, apoi se scoate și se dă deoparte.
4. **Se prăjesc** ambele părți ale șalotei până se rumenesc, aproximativ 5 minute. Se dă deoparte.
5. **Se mixează** usturoiul, șalota, apa, sarea și piperul până la omogenizare.
6. **Se adaugă** semințele de in în blender. Se dă deoparte.
7. **Se taie** 2 bucăți de hârtie de copt care să se potrivească cu dimensiunea tăvilor de uscare Cosori.
8. **Se întinde** piureul pe tăvile tapetate cu hârtie de copt, până la o grosime de 3 mm.
9. **Se usucă** la 75°C timp de 8-12 ore sau până devin crocante.
10. **Se scot** cu grijă biscuiții din hârtia de copt după 6 ore.
11. **Se așază** biscuitele pe o suprafață plană și se taie în bucăți mai mici.
12. **Se așează** biscuiții direct pe tavă și se lasă să se usuce pentru restul timpului.



deserturi



FURSECURI DE OVĂZ ȘI STAFIDE

CANTITATE	12-16 fursecuri
PREPARARE	15 minute
DESHIDRATARE	12 ore

80 g fulgi de ovăz
125 g de nuci pecan crude
130 g stafide
30 g semințe de dovleac
65 ml sirop de arțar
30 ml ulei de nucă de cocos
1 g scorțișoară măcinată
1 g ghimbir măcinat
1 g piper măcinat
1 g cuișoare măcinate
un vârf de cuțit de sare

Unelte necesare

Robot de bucătărie

1. **Se pun** toate ingredientele într-un blender și se amestecă.
2. **Se formează** bile de 2 cm și se așază pe hârtie de copt.
3. **Se pune** deasupra o altă bucată de hârtie de copt și se aplatizează până la o grosime de 6 mm.
4. **Se scot** fursecurile din hârtia dublă de copt și se așază pe tăvile de uscare Cosori tapetate cu hârtie de copt.
5. **Se usucă** la 70°C timp de 12 ore sau până când este gata.
6. **Se scot** cu grijă fursecurile de pe hârtia de copt după 8 ore.
7. **Se așează** fursecurile direct pe tavă și se lasă să se usuce pentru timpul rămas.
8. **Se păstrează** fursecurile într-un recipient ermetic sau se servesc imediat.



FURSECURI CU CIOCOLATĂ ȘI MIGDALE

CANTITATE	10-12 fursecuri
PREPARARE	15 minute
DESHIDRATARE	12 ore

240 g unt de migdale
70 g fulgi de nucă de cocos
75 g de fistic
80 g de ciocolată neagră răzălită

Unelte necesare
Robot de bucătărie

1. **Se pun** toate ingredientele într-un blender și se amestecă.
2. **Se formează** bile de 2 cm și se așază pe hârtie de copt.
3. **Se pune** deasupra o altă bucată de hârtie de copt și se aplatizează până la o grosime de 6 mm.
4. **Se scot** fursecurile din hârtia dublă de copt și se așază pe tăvile de uscare Cosori tapetate cu hârtie de copt.
5. **Se usucă** la 70°C timp de 12 ore sau până când sunt gata.
6. **Se scot** cu grijă fursecurile de pe hârtia de copt după 8 ore.
7. **Se pun** fursecurile direct pe tavă și se usucă pentru timpul rămas.
8. **Se păstrează** fursecurile într-un recipient ermetic sau se servesc imediat.



BISCUȚI CU MIGDALE ȘI AFINE DESHIDRATATE

CANTITATE	12-16 fursecuri
PREPARARE	15 minute
DESHIDRATARE	12 ore

240 g unt de migdale
70 g fulgi de nucă de cocos
60 g de nuci, tocate mărunt
65 g afine uscate

Unelte necesare
Robot de bucătărie

1. **Se pun** toate ingredientele într-un blender și se amestecă.
2. **Se formează** din aluat bile de 2 cm și se așază pe hârtie de copt.
3. **Se pune** deasupra o altă bucată de hârtie de copt și se aplatizează până la o grosime de 6 mm.
4. **Se scot** fursecurile din hârtia dublă de copt și se așază pe tăvile de uscare Cosori tapetate cu hârtie de copt.
5. **Se usucă** la 70°C timp de 12 ore sau până la fierbere.
6. **Se scot** cu grijă fursecurile din hârtia de copt după 8 ore.
7. **Se așează** fursecurile direct pe tavă și se lasă să se usuce pentru timpul rămas.
8. **Se păstrează** fursecurile într-un recipient ermetic sau se servesc imediat.



FURSECURI CU CIOCOLATĂ ȘI NUCI DE CAJU

CANTITATE	12-16 fursecuri
PREPARARE	15 minute
DESHIDRATARE	12 ore

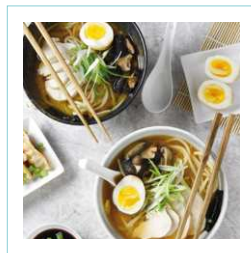
300 g de nuci de caju nesărate
50 g de pudră de cacao
65 ml sirop de arțar
1 g scorțișoară măcinată
1 g de nușoară măcinată
4 ml extract de vanilie
3 g de sare kosher

Unelte necesare
Robot de bucătărie

1. **Se pun** toate ingredientele într-un blender și se amestecă. Este posibil să rămână câteva bucățele mici de nuci caju.
2. **Se formează** bile de 2 cm și se așază pe hârtie de copt.
3. **Se pune** deasupra o altă bucată de hârtie de copt și se aplatizează până la o grosime de 6 mm.
4. **Se scot** fursecurile din hârtia dublă de copt și se așază pe tăvile de copt Cosori tapetate cu hârtie de copt.
5. **Se usucă** la 70°C timp de 12 ore sau până când sunt gata.
6. **Se scot** cu grijă fursecurile de pe hârtia de copt după 8 ore.
7. **Se pun** fursecurile direct pe tavă și se usucă pentru timpul rămas.
8. **Se păstrează** fursecurile într-un recipient ermetic sau se servesc imediat.

VREI MAI MULT?

Ne-am angajat să creăm o comunitate care să scoată la iveală ce e mai bun din ceea ce gătește fiecare. Împărtășiți rețete și intrați în contact cu noi. Lucrăm în mod constant pentru a vă oferi sfaturi din ce în ce mai bune.



ÎMPĂRTĂȘEȘTE CU NOI REȚETELE TALE!

Ne-ar plăcea să veem ce pregătești! Alătură-te comunității noastre dedicate împărtășirii zilnice de sfaturi și ponturi despre gătit și viață sănătoasă.

#COSORIROMANIA



COSORI®