

Tabla completa de tiempos y temperaturas

Todos los programas del deshidratador DesimatiX reunidos en una sola hoja: frutas, vegetales, semillas, charqui, hierbas y hojas. Imprimila y tenela cerca del equipo.

Cada programa va en tres fases: una **cabecera** corta a la temperatura más alta —mientras la superficie está mojada la pieza se mantiene fría por evaporación, así que el calor no la daña—, el **régimen**, donde ocurre el grueso del secado, y una fase final suave que hace de **red**. El **Método VIVO** mantiene el régimen en 40°C para preservar enzimas y nutrientes, y por eso tarda casi el doble. Cada valor indica su temperatura; el color de fondo la acompaña (naranja = más calor, verde = más suave).

Los tiempos en color son el programa del DesimatiX, con sus tres fases: una cabecera corta a temperatura alta, el grueso del secado en régimen y una fase final suave que hace de red. Abajo de cada uno, en gris, va el rango equivalente para un equipo sin fases programables. Todo depende de la humedad del ambiente, del espesor del corte y de qué tan cargada esté la bandeja: decidí por el punto final, siempre con el alimento frío.

Frutas

FRUTA	PREPARACIÓN	MÉTODO CLÁSICO	MÉTODO VIVO
Cítricas	Lava bien la cáscara y corta en rodajas de 1/2 cm sin semillas. Si querés solo la cáscara, pelá apenas la capa externa de 2 a 3 mm, sin la parte blanca, que amarga	2 hs · 60°C + 7 hs · 56°C + 3 hs · 40°C otro equipo: 6 a 12 hs a 60°C	2 hs · 60°C + 15 hs · 40°C + 6 hs · 38°C otro equipo: 2 hs a 60°C + 9 a 21 hs a 40°C
Manzana	Lava, descorazoná y cortá en rodajas de 1/2 cm. Pelar es opcional. Pasala 10 minutos por agua con jugo de limón para que no se oxide: sin eso queda marrón	2 hs · 60°C + 9 hs · 56°C + 4 hs · 40°C otro equipo: 7 a 15 hs a 60°C	2 hs · 60°C + 19 hs · 40°C + 7 hs · 38°C otro equipo: 2 hs a 60°C + 11 a 26 hs a 40°C
Durazno	Lava, cortá en mitades para sacar el carozo y hacé rodajas de 1/2 a 1 cm. Baño de limón 10 minutos. Colocá con la piel hacia abajo y dalas vuelta cuando el jugo de la superficie desaparezca	3 hs · 60°C + 9 hs · 56°C + 4 hs · 40°C otro equipo: 8 a 16 hs a 60°C	3 hs · 60°C + 19 hs · 40°C + 8 hs · 38°C otro equipo: 3 hs a 60°C + 12 a 27 hs a 40°C
Banana	Retirá la cáscara y cortá en rodajas de 1/2 cm. Baño de limón 10 minutos: es la fruta que más rápido se oscurece	2 hs · 60°C + 7 hs · 56°C + 3 hs · 40°C otro equipo: 6 a 12 hs a 60°C	2 hs · 60°C + 15 hs · 40°C + 6 hs · 38°C otro equipo: 2 hs a 60°C + 9 a 21 hs a 40°C

FRUTA	PREPARACIÓN	MÉTODO CLÁSICO	MÉTODO VIVO
Moras	Lava y cortá a la mitad si superan 1 cm. Enteras: sumergilas 30 segundos en agua hirviendo y después en agua helada para agrietar la piel, si no el secado se estira muchísimo	3 hs · 60°C + 14 hs · 56°C + 7 hs · 40°C otro equipo: 10 a 24 hs a 60°C	3 hs · 60°C + 30 hs · 40°C + 13 hs · 38°C otro equipo: 3 hs a 60°C + 16 a 43 hs a 40°C
Cereza	Retirá los tallos y el carozo, lavá y cortá a la mitad con la piel hacia abajo. Enteras: 30 segundos en agua hirviendo y después en agua helada para agrietar la piel	3 hs · 60°C + 15 hs · 56°C + 6 hs · 40°C otro equipo: 13 a 24 hs a 60°C	3 hs · 60°C + 31 hs · 40°C + 12 hs · 38°C otro equipo: 3 hs a 60°C + 22 a 43 hs a 40°C
Arándanos	Lava y cortá a la mitad si superan 1 cm. Enteros: 30 segundos en agua hirviendo y después en agua helada para agrietar la piel cerosa, que es lo que frena el secado	3 hs · 60°C + 14 hs · 56°C + 7 hs · 40°C otro equipo: 10 a 24 hs a 60°C	3 hs · 60°C + 30 hs · 40°C + 13 hs · 38°C otro equipo: 3 hs a 60°C + 16 a 43 hs a 40°C
Higos	Lava y sacá las manchas. Cortá en rodajas o cuartos de 1/2 a 1 cm con la piel hacia abajo. Enteros, solo si son chicos y con la piel agrietada 30 segundos en agua hirviendo	3 hs · 60°C + 15 hs · 56°C + 6 hs · 40°C otro equipo: 12 a 24 hs a 60°C	3 hs · 60°C + 31 hs · 40°C + 12 hs · 38°C otro equipo: 3 hs a 60°C + 20 a 43 hs a 40°C
Uvas	Retirá los tallos y las semillas, lavá y cortá a la mitad con la piel hacia abajo. Enteras: 30 segundos en agua hirviendo y después en agua helada — sin eso el tiempo se duplica	3 hs · 60°C + 18 hs · 56°C + 9 hs · 40°C otro equipo: 12 a 30 hs a 60°C	3 hs · 60°C + 37 hs · 40°C + 17 hs · 38°C otro equipo: 3 hs a 60°C + 20 a 54 hs a 40°C
Pera	Lava, descorazoná y cortá en rodajas de 1/2 cm. Pelar es opcional. Baño de limón 10 minutos para que no se oxide	3 hs · 60°C + 9 hs · 56°C + 4 hs · 40°C otro equipo: 8 a 16 hs a 60°C	3 hs · 60°C + 19 hs · 40°C + 8 hs · 38°C otro equipo: 3 hs a 60°C + 12 a 27 hs a 40°C
Ananá	Retirá la cáscara, los ojos y el centro fibroso, y cortá en rodajas de 1/2 a 1 cm. No necesita baño antioxidante	3 hs · 60°C + 11 hs · 56°C + 4 hs · 40°C otro equipo: 10 a 18 hs a 60°C	3 hs · 60°C + 23 hs · 40°C + 8 hs · 38°C otro equipo: 3 hs a 60°C + 16 a 31 hs a 40°C
Ciruela	Lava y cortá en rodajas de 1/2 cm con baño de limón. Enteras o en mitades con carozo: agrietá la piel 1 a 2 minutos en agua hirviendo y contá 24 a 36 hs	3 hs · 60°C + 9 hs · 56°C + 4 hs · 40°C otro equipo: 8 a 16 hs a 60°C	3 hs · 60°C + 19 hs · 40°C + 8 hs · 38°C otro equipo: 3 hs a 60°C + 12 a 27 hs a 40°C

FRUTA	PREPARACIÓN	MÉTODO CLÁSICO	MÉTODO VIVO
Frutilla	Lava y retirá el tallo. Cortá en rodajas de 1/2 cm o a la mitad con la piel hacia abajo. No necesita baño antioxidante	2 hs · 60°C + 9 hs · 56°C + 4 hs · 40°C otro equipo: 7 a 15 hs a 60°C	2 hs · 60°C + 19 hs · 40°C + 7 hs · 38°C otro equipo: 2 hs a 60°C + 11 a 26 hs a 40°C
Melón	Sacá la corteza y las semillas y cortá en tiras o rodajas de 1/2 a 1 cm. El cantalupo seca mejor que el resto de los melones	3 hs · 60°C + 11 hs · 56°C + 6 hs · 40°C otro equipo: 8 a 20 hs a 60°C	3 hs · 60°C + 24 hs · 40°C + 11 hs · 38°C otro equipo: 3 hs a 60°C + 12 a 35 hs a 40°C
Sandía	Retirá la cáscara y las semillas, y cortá en tiras de 1/2 a 1 cm. El melón seca mejor que la sandía, que es más frágil por su cantidad de agua	2 hs · 60°C + 7 hs · 56°C + 1 hs · 40°C otro equipo: 8 a 10 hs a 60°C	2 hs · 60°C + 15 hs · 40°C + 2 hs · 38°C otro equipo: 2 hs a 60°C + 13 a 17 hs a 40°C
Kiwi	Pelá y cortá en rodajas de 1/2 cm. No necesita baño antioxidante	2 hs · 60°C + 6 hs · 56°C + 4 hs · 40°C otro equipo: 5 a 12 hs a 60°C	2 hs · 60°C + 13 hs · 40°C + 8 hs · 38°C otro equipo: 2 hs a 60°C + 8 a 21 hs a 40°C
Mango	Pelá y cortá rodajas de 1 cm siguiendo el carozo, que es plano y ancho. Cuanto más maduro, más dulce queda, pero también más pegajoso	3 hs · 60°C + 8 hs · 56°C + 5 hs · 40°C otro equipo: 6 a 16 hs a 60°C	3 hs · 60°C + 18 hs · 40°C + 9 hs · 38°C otro equipo: 3 hs a 60°C + 8 a 27 hs a 40°C

Vegetales

VEGETAL	PREPARACIÓN	MÉTODO CLÁSICO	MÉTODO VIVO
Apio	Limpiá y sacá los extremos. Cortá en rodajas transversales de 1/4 a 1/2 cm y escaldalas 1 a 2 minutos. Revolvé a mitad del secado	2 hs · 60°C + 4 hs · 52°C + 4 hs · 40°C otro equipo: 3 a 10 hs a 60°C	2 hs · 60°C + 9 hs · 40°C + 8 hs · 38°C otro equipo: 2 hs a 60°C + 4 a 17 hs a 40°C
Brócoli	Lava y cortá los tallos en 1/2 cm, los floretes en trozos chicos. Escaldalo 3 a 4 minutos en agua hirviendo: los deja más verdes y crocantes	2 hs · 60°C + 10 hs · 52°C + 3 hs · 40°C otro equipo: 10 a 15 hs a 60°C	2 hs · 60°C + 20 hs · 40°C + 6 hs · 38°C otro equipo: 2 hs a 60°C + 17 a 26 hs a 40°C
Coliflor	Lava y cortá en trozos chicos. Escaldala 4 a 5 minutos en agua hirviendo, con una cucharada de vinagre por litro para que no se oscurezca	2 hs · 60°C + 8 hs · 52°C + 5 hs · 40°C otro equipo: 6 a 15 hs a 60°C	2 hs · 60°C + 17 hs · 40°C + 9 hs · 38°C otro equipo: 2 hs a 60°C + 9 a 26 hs a 40°C
Pepino	Lava y cortá en rodajas de 1/4 a 1/2 cm. No necesita escaldado	2 hs · 60°C + 5 hs · 52°C + 3 hs · 40°C otro equipo: 4 a 10 hs a 60°C	2 hs · 60°C + 11 hs · 40°C + 6 hs · 38°C otro equipo: 2 hs a 60°C + 6 a 17 hs a 40°C
Zucchini	Lavá y cortá en rodajas de 1/2 cm sin pelar. El escaldado es opcional: 1 minuto conserva mejor el color, pero sin escaldar queda más crocante	2 hs · 60°C + 6 hs · 52°C + 2 hs · 40°C otro equipo: 5 a 10 hs a 60°C	2 hs · 60°C + 13 hs · 40°C + 4 hs · 38°C otro equipo: 2 hs a 60°C + 8 a 17 hs a 40°C
Calabaza	Pela y cortá en rodajas o tiras de 1/4 a 1/2 cm. Escaldala 1 minuto en agua hirviendo o 2 a 3 minutos al vapor	3 hs · 60°C + 10 hs · 52°C + 3 hs · 40°C otro equipo: 10 a 16 hs a 60°C	3 hs · 60°C + 21 hs · 40°C + 6 hs · 38°C otro equipo: 3 hs a 60°C + 16 a 27 hs a 40°C
Cebolla	Retirá la raíz, el rabo y la primera capa de piel. Cortá en aros o rodajas de 1/2 cm. No se escalda: el escaldado le saca el sabor	2 hs · 60°C + 5 hs · 52°C + 3 hs · 40°C otro equipo: 4 a 10 hs a 60°C	2 hs · 60°C + 11 hs · 40°C + 6 hs · 38°C otro equipo: 2 hs a 60°C + 6 a 17 hs a 40°C
Puerro	Sacá la raíz y la parte verde más dura. Abrilo y lavalo bien entre las capas, que es donde junta tierra, y cortá en rodajas de 1/2 cm. No se escalda: pierde sabor	2 hs · 60°C + 5 hs · 52°C + 3 hs · 40°C otro equipo: 4 a 10 hs a 60°C	2 hs · 60°C + 11 hs · 40°C + 6 hs · 38°C otro equipo: 2 hs a 60°C + 6 a 17 hs a 40°C
Remolacha	Lava, cociná entera hasta que esté tierna (25 a 30 minutos), pelá y cortá en rodajas o bastones de 1/2 cm	2 hs · 60°C + 8 hs · 52°C + 2 hs · 40°C otro equipo: 8 a 12 hs a 60°C	2 hs · 60°C + 17 hs · 40°C + 4 hs · 38°C otro equipo: 2 hs a 60°C + 13 a 21 hs a 40°C

VEGETAL	PREPARACIÓN	MÉTODO CLÁSICO	MÉTODO VIVO
Zanahoria	Limpiá y sacá los extremos. Cortá en rodajas o bastones de 1/4 a 1/2 cm y escaldalos 3 a 4 minutos: conserva el color y acorta el secado. Pelar es opcional	2 hs · 60°C + 7 hs · 52°C + 3 hs · 40°C otro equipo: 6 a 12 hs a 60°C	2 hs · 60°C + 15 hs · 40°C + 6 hs · 38°C otro equipo: 2 hs a 60°C + 9 a 21 hs a 40°C
Arvejas	Pelalas y lavalas. Escaldalas 2 a 3 minutos: ablanda el tegumento, que es lo que frena el secado. Revolvé a mitad del secado	2 hs · 60°C + 9 hs · 52°C + 3 hs · 40°C otro equipo: 8 a 14 hs a 60°C	2 hs · 60°C + 19 hs · 40°C + 6 hs · 38°C otro equipo: 2 hs a 60°C + 13 a 25 hs a 40°C
Chauchas	Sacá las puntas y los hilos. Cortá en trozos de 2 cm, o a lo largo si querés acelerar el secado, y escaldalas 2 a 3 minutos en agua o 3 a 4 al vapor	2 hs · 60°C + 8 hs · 52°C + 2 hs · 40°C otro equipo: 8 a 12 hs a 60°C	2 hs · 60°C + 17 hs · 40°C + 4 hs · 38°C otro equipo: 2 hs a 60°C + 13 a 21 hs a 40°C
Tomate	Lava y cortá en rodajas verticales de 1/2 cm. Si querés sacarle la piel, escaldalo 30 segundos y pasalo a agua fría	3 hs · 60°C + 10 hs · 52°C + 5 hs · 40°C otro equipo: 8 a 18 hs a 60°C	3 hs · 60°C + 22 hs · 40°C + 9 hs · 38°C otro equipo: 3 hs a 60°C + 12 a 31 hs a 40°C
Pimiento	Retirá el tallo, las semillas y la parte blanca. Lava y cortá en juliana o aros de 1/2 a 1 cm. No hace falta escaldarlo	2 hs · 60°C + 6 hs · 52°C + 4 hs · 40°C otro equipo: 4 a 12 hs a 60°C	2 hs · 60°C + 13 hs · 40°C + 8 hs · 38°C otro equipo: 2 hs a 60°C + 6 a 21 hs a 40°C
Papa	Pela y cortá en rodajas de 1/4 cm o bastones de 1/2 cm. Escaldala 5 a 7 minutos y enjuagá antes y después: sin eso se oscurece	2 hs · 60°C + 8 hs · 52°C + 4 hs · 40°C otro equipo: 6 a 14 hs a 60°C	2 hs · 60°C + 17 hs · 40°C + 8 hs · 38°C otro equipo: 2 hs a 60°C + 9 a 25 hs a 40°C
Batata	Cociná hasta que esté tierna o escaldala, pelá y cortá en rodajas de 1/4 cm. Sin esa cocción previa queda dura y se oscurece	2 hs · 60°C + 7 hs · 52°C + 3 hs · 40°C otro equipo: 6 a 12 hs a 60°C	2 hs · 60°C + 15 hs · 40°C + 6 hs · 38°C otro equipo: 2 hs a 60°C + 9 a 21 hs a 40°C
Hongos	Limpialos en seco con cepillo o paño y cortá láminas de 1/2 a 1 cm. No los laves: absorben agua como una esponja. No se escaldan	2 hs · 50°C + 6 hs · 46°C + 4 hs · 40°C otro equipo: 3 a 12 hs a 50°C	2 hs · 50°C + 13 hs · 40°C + 8 hs · 38°C otro equipo: 2 hs a 50°C + 4 a 21 hs a 40°C

Semillas

GRUPO	SEMILLAS	ACTIVADO	SECADO
Chicas (menos de 1 cm)	Lino · Sésamo · Chía · Girasol · Amapola	4 a 8 hs · remojo	CLÁSICO 8 a 14 hs · 45°C
			VIVO 14 a 24 hs · 40°C
Grandes (más de 1 cm)	Almendra · Cajú · Nueces pecán · Nueces mariposa · Avellanas · Pistacho · Maní · Zapallo	8 a 12 hs · remojo	CLÁSICO 12 a 20 hs · 45°C
			VIVO 20 a 34 hs · 40°C

Activado: remoja en agua abundante (semillas crudas, no tostadas) y cambiá el agua 2 ó 3 veces. Las chicas necesitan menos remojo que las grandes, y también menos secado: cuanto más fina la semilla, más rápido sale el agua.

Carnes: charqui

GRUPO	CORTES	PROGRAMA CHARQUI
Magros Menos del 3 % de grasa — los recomendados	Peceto · Cuadril · Nalga · Bola de lomo · Solomillo · Carré · Pechuga	4 a 12 hs · 68°C
Bajo en grasa Entre 3 % y 7 % de grasa	Tortuguita · Bife angosto · Roast beef · Lomo · Paleta · Jamón	6 a 16 hs · 68°C
Con grasa Más del 10 % de grasa — no recomendados: la grasa se enrancia y acorta mucho la conservación	Asado · Vacío · Falda · Costilla · Matambre · Bondiola	No recomendado · —

Paso de seguridad obligatorio. El secado no alcanza para eliminar E. coli y Salmonella: la carne tiene que llegar a 71°C en su interior. Hervila 5 minutos en la marinada antes de secarla, o pasala por horno a 135°C durante 10 minutos al terminar. No es opcional ni se reemplaza subiendo la temperatura del deshidratador.

Fuente: National Center for Home Food Preservation (Universidad de Georgia)

Usá cortes magros: la grasa no se deshidrata, se enrancia, y es lo que define cuánto dura el charqui guardado. Sacá toda la grasa visible antes de cortar, y cortá tiras parejas de ½ cm.

Hierbas y hojas

GRUPO	ESPECIES	PROGRAMA
Hierbas de hoja fina	Albahaca · Cilantro · Eneldo · Estragón · Menta · Orégano · Perejil	1 a 4 hs · 40°C
Hierbas de hoja dura	Romero · Tomillo · Salvia · Laurel · Stevia	2 a 6 hs · 40°C
Hojas verdes	Rúcula · Acelga · Kale · Lechuga · Achicoria · Radicheta · Espinaca	3 a 10 hs · 45°C

Van a baja temperatura porque arriba de 50°C se pierden los aceites esenciales, que son el aroma. Revisá cada hora y retirá las hojas que ya estén secas, dejando las blandas más tiempo.

Por qué los tiempos son rangos

El baño antioxidante no es solo estética

Manzana, pera, durazno, banana y ciruela se oxidan apenas las cortás. Diez minutos en agua con jugo de limón (una parte de jugo por una de agua) o con una cucharadita de ácido cítrico por litro alcanzan. Las guías de extensión universitaria de Estados Unidos lo recomiendan también por seguridad: el baño ácido reduce la carga de bacterias antes de que el alimento pase horas a temperatura templada.

Piel cerosa: hay que agrietarla

Uvas, arándanos, moras, cerezas y ciruelas enteras tienen una capa cerosa que sella el agua adentro. Sumergilas 30 segundos en agua hirviendo y pasalas enseguida a agua helada: la piel se agrieta y el secado se acorta a la mitad. Sin ese paso, una uva entera puede tardar el doble o directamente no terminar de secarse.

Escaldar verduras: cuándo sí y cuándo no

Brócoli, coliflor, zanahoria, arvejas, calabaza y apio mejoran color y textura con unos minutos en agua hirviendo. La papa lo necesita sí o sí o se oscurece, y la remolacha se cocina entera antes de cortar. En cambio cebolla, ajo, pimiento y hongos no se escaldan: pierden sabor y aroma.

La humedad del ambiente manda

Entre un día seco (40 % de humedad) y uno húmedo (80 %), el mismo lote tarda alrededor de un 15 % más. En el litoral en verano vas al extremo alto del rango; en Cuyo o la Patagonia, al bajo.

El espesor pesa al cuadrado

Cortar de 1 cm a 1/2 cm no reduce el tiempo a la mitad: lo reduce a la cuarta parte. Es la variable de mayor impacto y la más fácil de controlar. Cortes parejos, mandolina si tenés.

Una sola capa por bandeja

El equipo está limitado por el aire que puede llevarse la humedad, así que amontonar producto estira el tiempo casi en proporción. Mejor dos tandas prolijas que una cargada.

El punto final se toca, no se cronometra

Siempre con la pieza fría: en caliente todo parece más blando. Frutas flexibles, verduras quebradizas. Si al día siguiente se ablandaron, absorbieron humedad del ambiente y les faltan unas horas.

Acondicionar antes de guardar

Guardá lo seco en un frasco cerrado 4 a 7 días agitándolo una vez por día. Si aparece condensación en el vidrio, todavía le falta secado. Es el paso que evita sorpresas de moho.