TODO EBOOK / COLECCIÓN PRÁCTICA

# Frutas y snacks para deshidratar

12 tandas de fruta y rollitos, con registro de proceso y control de textura



Imagen de ambientación generada con IA; no es una fotografía de una receta probada.

**Fabiola López Pizarro · FLP Asesorías**

Guía digital en español · Consulta práctica · Edición 2026

PREPARACIÓN 01

# Láminas de manzana con canela

**Aproximadamente 60-120 g, según agua de la fruta; pesa el resultado. | 740 min orientativos**

## PREPARA

- 500 g de manzana firme sin corazón
- 2 g de canela molida
- 250 ml de agua potable para el baño previo
- 250 ml de jugo de limón para el baño previo; se descarta

## PASO A PASO

1. Lava manos, utensilios y fruta; revisa que las bandejas estén limpias. Pesa la fruta ya preparada, sin partes descartadas.

2. Corta rodajas de 3 mm, todas del mismo grosor. Para reducir el pardeamiento, sumérgelas 10 minutos en 250 ml de agua con 250 ml de jugo de limón, y escurre.

3. Distribuye en una sola capa sin superponer y añade el condimento. Deja espacio entre piezas para que circule aire.

4. Usa deshidratadora regulada a 60 °C. Como orientación, prevé 6-12 horas; revisa el equipo según su manual y rota bandejas solo si el fabricante lo indica.

5. Empieza a revisar antes del límite inferior y retira las piezas individualmente. Se doblan con resistencia y no liberan gotas al partirlas. No tienen que quedar como papas fritas.

6. Deja enfriar una muestra antes de juzgar la textura. Si sigue húmeda, continúa el secado; enfría el resto antes de aplicar el plan de envasado.

Alérgenos: revisa las etiquetas; no se declara libre de trazas.

Conservación: Enfría completamente y envasa por porciones en un recipiente apto. Para esta edición se recomienda congelar a −18 °C; usa en un mes como objetivo de calidad, sin garantía de vida útil. Descongela la porción cerrada en refrigeración. No envases si aún conserva humedad libre.

El intervalo incluye secado y no sustituye la comprobación del punto final. No uses un horno que no pueda sostener 60 °C de forma controlada.