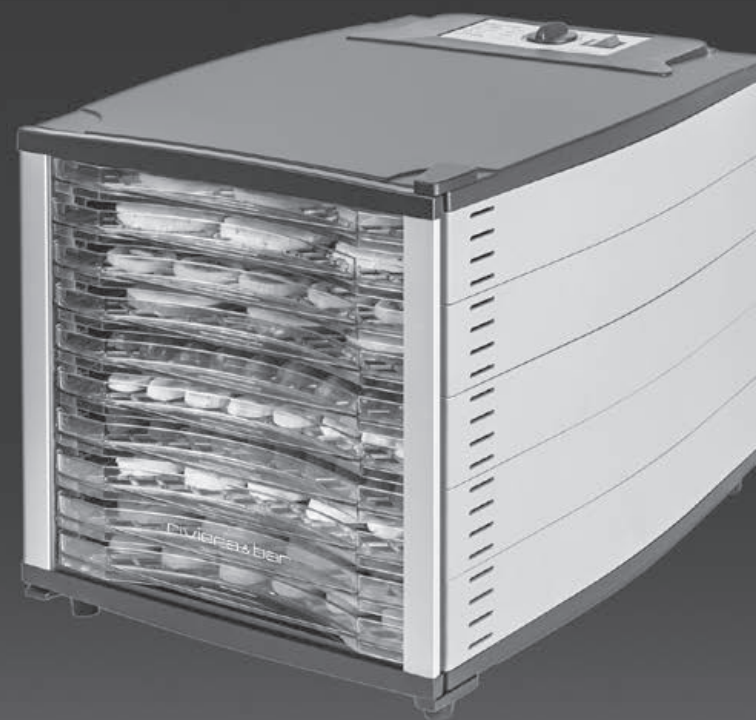


Déshydrateur 10 plateaux
qdh 410



riviera&bar
objets d'art culinaire

ARB S.A.S
Parc d'Activités "Les Découvertes"
8 rue Thomas Edison
CS 51079 - 67452 Mundolsheim Cedex
Tél. : 03 88 18 66 18
www.riviera-et-bar.fr - info@arb-sas.fr

Document et visuels non contractuels - Caractéristiques susceptibles d'être modifiées sans préavis. Janvier 2016 - V1

Avec cet appareil, vous avez fait l'acquisition d'un article de qualité, bénéficiant de toute l'expérience de Riviera & Bar dans le domaine de la cuisson. Il répond aux critères de qualité Riviera & Bar : les meilleurs matériaux et composants ont été utilisés pour sa fabrication et il a été soumis à des contrôles rigoureux.

Nous souhaitons que son usage vous apporte entière satisfaction.

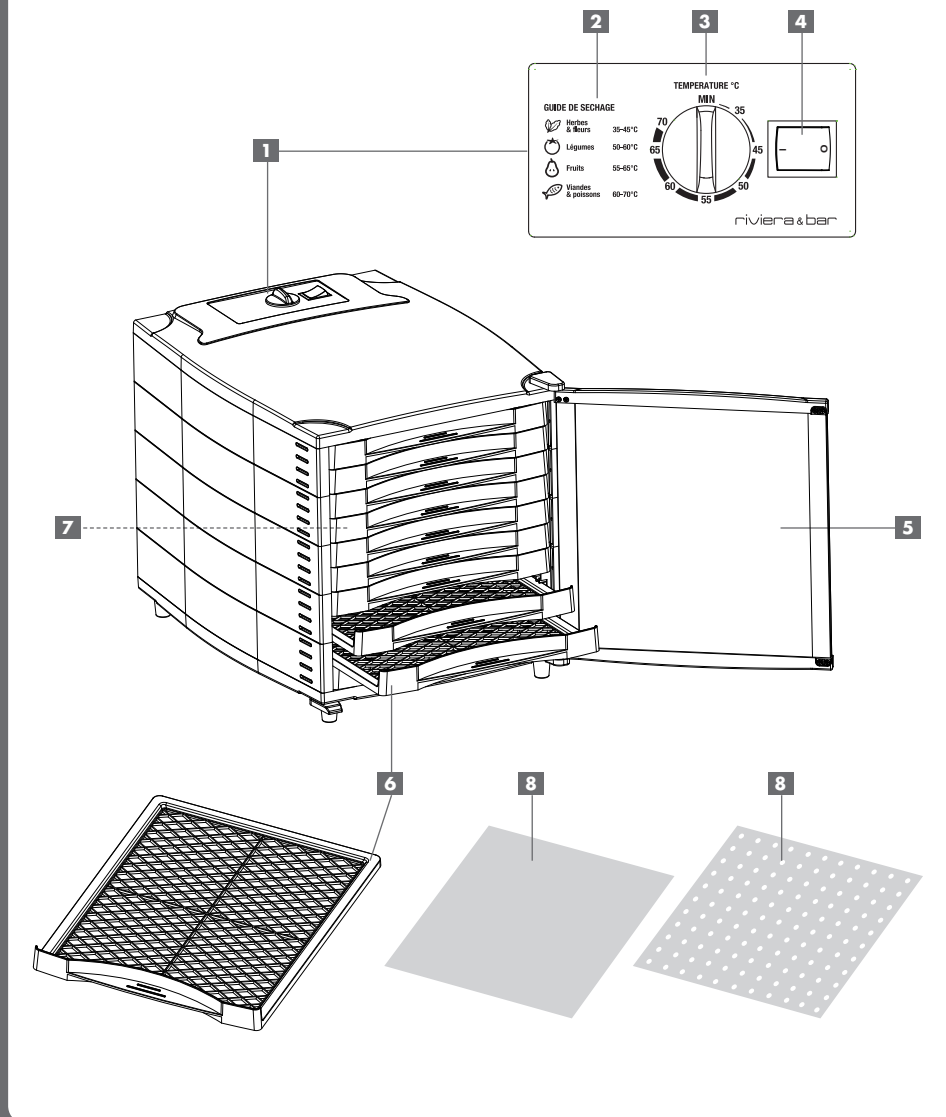
Nous vous demandons de lire très attentivement les instructions données dans cette notice, car elles fournissent, entre autres, des informations importantes relatives à la sécurité d'installation, d'utilisation et d'entretien.

Gardez votre notice, vous pourriez avoir besoin de vous y référer dans le futur.

sommaire

DESCRIPTION DU PRODUIT	4
RECOMMANDATIONS DE SÉCURITÉ GÉNÉRALES	5
RECOMMANDATION DE SÉCURITÉ PARTICULIÈRES	7
AVANT LE PREMIÈRE MISE EN SERVICE	9
CHOIX ET PRÉPARATION DES ALIMENTS	9
MISE EN SERVICE	10
GUIDE DE SÉCHAGE	11
CONSERVATION	14
RÉHYDRATATION	14
CONSEILS D'UTILISATION	14
ACCESSOIRES EN OPTION	14
NETTOYAGE ET ENTRETIEN	14
GUIDE DE DÉPANNAGE	15
CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES	16
ENVIRONNEMENT	16
ACCESSOIRES	16
GARANTIE	16
IDÉES RECETTES	18

description du produit



- 1** Panneau de commandes
- 2** Guide de séchage
- 3** Bouton thermostat
- 4** Interrupteur "Marche/Arrêt"

- 5** Porte
- 6** Plateaux de déshydratation (x10)
- 7** Chambre de déshydratation
- 8** Feuilles de cuisson silicone (1 pleine/1perforée)

recommandations de sécurité générales



- Respecter impérativement les consignes d'utilisation de la présente notice.
- Cet appareil est uniquement destiné à un usage domestique. S'il est employé de manière inappropriée, à des fins professionnelles ou semi-professionnelles, ou en non-conformité avec les instructions du mode d'emploi, la garantie devient caduque et Riviera & Bar décline toute responsabilité concernant les dégâts occasionnés.
- Cet appareil peut être utilisé par des enfants à partir de 8 ans et plus et s'ils sont surveillés continuellement. Cet appareil peut être utilisé par des personnes ayant des capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites ou un manque d'expérience et de connaissances à condition qu'elles aient reçu une supervision ou des instructions concernant l'utilisation de l'appareil en toute sécurité et qu'elles comprennent bien les dangers encourus.
- Garder l'appareil et son cordon d'alimentation hors de portée des enfants de moins de 8 ans.
- Les enfants ne doivent pas jouer avec l'appareil.
- ⚡ • S'assurer que la tension du secteur corresponde bien à celle mentionnée sur l'étiquette signalétique de l'appareil.
- S'assurer avant chaque utilisation que le cordon d'alimentation soit en parfait état. S'il est endommagé, il doit être remplacé par un professionnel d'un Centre Services Agréé Riviera & Bar.
- Dérouler entièrement le cordon d'alimentation.

- Ne brancher l'appareil que sur une prise avec mise à la terre répondant aux prescriptions de sécurité électrique actuellement en vigueur. Dans le cas où une rallonge serait nécessaire, utiliser une rallonge avec prise de terre incorporée et d'une intensité nominale suffisante pour supporter l'alimentation de l'appareil.
- Afin d'éviter une surcharge du réseau électrique, ne pas brancher d'autres appareils sur le même circuit.
- Ne pas laisser l'appareil sans surveillance lorsqu'il est branché.
- Ne pas tirer sur le cordon d'alimentation ou sur l'appareil lui-même pour le débrancher.
- Débrancher impérativement le cordon d'alimentation de l'appareil dans les cas suivants :
 - Après utilisation
 - Avant tout nettoyage ou entretien
 - En cas de mauvais fonctionnement.



- Placer l'appareil sur une surface plane, horizontale, sèche et non glissante.
- Veiller à ne pas mettre l'appareil au bord de la table ou du plan de travail pour éviter qu'il ne bascule.
- S'assurer que le cordon d'alimentation et toute éventuelle rallonge électrique ne soient pas disposés aux endroits de passage pour éviter tout basculement.
- Ne jamais déplacer l'appareil lorsqu'il est en fonction.
- Ne jamais utiliser l'appareil à l'extérieur, ni dans une voiture ou un bateau.
- Ne pas utiliser l'appareil près d'un point d'eau.
- Ne pas placer l'appareil près d'une source de chaleur et éviter que le cordon d'alimentation touche une surface chaude.
- Ne pas ranger l'appareil lorsqu'il est encore chaud. Le laisser refroidir auparavant.



- Le nettoyage et l'entretien par l'utilisateur ne doivent pas être effectués par des enfants, sauf s'ils ont plus de 8 ans et qu'ils sont surveillés.
- Ne jamais plonger l'appareil dans l'eau ou dans quelque liquide que ce soit.
- Ne pas manipuler l'appareil les mains mouillées.
- Ne pas nettoyer l'appareil avec des produits chimiques abrasifs.



- Il est recommandé d'examiner régulièrement l'appareil. Pour éviter tout danger, ne pas utiliser l'appareil si le cordon d'alimentation, la fiche électrique ou l'appareil est endommagé mais l'apporter à un professionnel d'un Centre Services Agréé Riviera & Bar pour contrôle et/ou réparation.
- En cas de panne ou de mauvais fonctionnement, l'appareil doit être réparé par un professionnel d'un Centre Services Agréé Riviera & Bar. Vous trouverez les coordonnées du Centre Services Agréé Riviera & Bar le plus proche de chez vous sur : www.riviera-et-bar.fr

recommandations de sécurité particulières



- Certaines parties de l'appareil deviennent chaudes lors de son utilisation et le restent un certain temps après emploi. Veiller à ne pas les toucher.
- L'appareil ne doit pas être utilisé avec une minuterie extérieure ou un système de commande à distance séparée.
- Utiliser cet appareil pour un usage exclusivement alimentaire.
- Ne jamais laisser l'appareil en fonction sans surveillance.
- Ne pas utiliser l'appareil dans une pièce humide (salle de bain...).

- Afin d'éviter tout risque d'incendie, utiliser le déshydrateur dans une pièce bien aérée et le poser sur un support non sensible à la chaleur, éloignée au-moins de 20 cm des murs. L'espace au-dessus de l'appareil doit être dégagé.
- Ne jamais placer l'appareil à proximité ou sur une plaque de cuisson ni dans un four.
- Ne jamais utiliser des aliments hors dimensions ou des aliments emballés. Retirer au préalable tous les papiers d'emballage, aluminium ou film alimentaire susceptibles de se trouver autour des aliments.
- Ne pas déshydrater de poudres fines qui pourraient se loger dans le ventilateur ou les ouïes d'aération.
- Ne jamais faire fonctionner l'appareil lorsqu'il est vide sauf en cas de préchauffage.
- Ne jamais introduire vos doigts ou tout autre corps étranger (cuillère, couteau...) dans les ouïes d'aération et plus particulièrement lorsque l'appareil est en fonction.
- S'assurer que tous les éléments du déshydrateur soient correctement en place avant de faire fonctionner l'appareil.
- Ne jamais utiliser d'autres accessoires que ceux livrés avec l'appareil.
- Ne jamais utiliser les feuilles de cuisson silicone dans un micro-ondes ou un four traditionnel.
- Ne pas déplacer l'appareil lorsqu'il est en cours d'utilisation.
- Toujours éteindre l'appareil avec l'interrupteur "Marche/Arrêt" avant de le débrancher.
- Ne jamais immerger l'appareil dans l'eau ou le laver à l'eau courante.
- Ne jamais utiliser l'appareil comme élément de chauffage.
- Ne jamais démonter le panneau arrière de l'appareil.
- L'appareil doit être protégé du gel. Ne jamais le laisser dans une voiture en hiver, ou dans tout autre lieu soumis au gel, pour éviter tout endommagement.

avant la première mise en service

- Déballez l'appareil et retirez tous les sachets en plastique, cartons et papiers qui protègent les différentes pièces.
- **Conservez les éléments d'emballage.**
- **Ne laissez jamais les sachets en plastique à la portée des enfants.**
- Retirez aussi les éventuelles étiquettes auto-adhésives susceptibles d'être apposées sur l'habillage du produit ou tout autre éventuel feuillet d'information.
- Lavez les plateaux (6) et les feuilles de cuisson (8) avec de l'eau chaude savonneuse, rincez et séchez-les.
- Nettoyez le corps de l'appareil et la chambre de déshydratation (7) avec un chiffon doux et humide.

choix et préparation des aliments

Une préparation correcte des aliments permet une déshydratation de qualité, d'un bel aspect et forte en goût.

Comment choisir les aliments ?

- Pour garder le maximum de saveur et conserver l'essentiel des nutriments utilisez des produits frais, de saison.
- Les fruits et légumes doivent être mûrs et sains (sans taches...).
- Choisissez des viandes maigres avec un minimum de gras.

Les fruits et légumes

- Otez les pépins et noyaux ainsi que les parties molles ou blettes.
- Lavez les fruits et légumes sous l'eau froide puis séchez-les soigneusement avec un torchon ou du papier absorbant.
- Coupez les aliments en morceaux de mêmes tailles et épaisseurs (idéalement environ 0,5 cm) ou pour les petits fruits (cerise, raisin de corinthe...) coupez-les simplement en deux ou quatre.

- Si nécessaire, marinez les ingrédients quelques minutes dans du jus de citron ou d'agrumes pour éviter leur noircissement ou oxydation.
- Trempez les fruits ayant une peau cireuse (pêches, raisins, myrtilles...) dans de l'eau bouillante afin de permettre à l'humidité de s'évaporer plus facilement.
- Le blanchiment permet de traiter les fruits et légumes avant déshydratation. Il existe 2 manières de blanchir les aliments :
 - Le blanchiment à la vapeur : dans un cuiseur vapeur, mettez 5 à 7 cm d'eau à bouillir puis placez les aliments sur le plateau vapeur pour 3 à 4 minutes puis disposez-les directement dans le déshydrateur.
 - Le blanchiment à l'eau : remplissez une casserole d'eau fraîche et portez à ébullition. Plongez-y les ingrédients et couvrez pendant 3 minutes. Sortez-les et placez-les dans le déshydrateur.

Les champignons

- Ne lavez pas les champignons sous l'eau mais brossez-les ou grattez-les avec un couteau.
- Après les avoir émincés, badigeonnez les deux côtés avec du jus de citron afin de conserver leur couleur.
- Les morilles, trompettes de la mort et petits champignons à lamelles peuvent être séchés entiers. Les chanterelles ne se prêtent pas au séchage ni à la congélation car elles deviennent très visqueuses.

Les fleurs et les herbes

- Choisissez des fleurs en pleine floraison, les pétales devant être complètement ouvertes. Enlevez les feuilles et coupez la tige le plus court possible.
- Equeutez les herbes, rincez-les à l'eau fraîche et hachez-les finement.

Les viandes et volailles

- Enlevez un maximum de graisse puis coupez des lamelles d'environ 1 cm d'épaisseur maximum.
- Avant déshydratation les viandes ou les volailles doivent être cuites à environ 75°C.

Les poissons

- Videz le poisson, enlevez les arêtes et lavez-le sous l'eau courante.
- Cuisez le poisson à la vapeur à 90°C avant de le déshydrater.

Les qualités et durées de déshydratation varient en fonction de nombreux facteurs : la température de l'air, l'humidité ambiante, le taux d'eau contenu dans les aliments, la taille des aliments...

1. Posez votre appareil sur une surface plane, sèche et non glissante.
2. Sortez les plateaux (6) du déshydrateur et disposez-y les aliments préalablement traités et coupés.

Remarques importantes

- Ne mettez qu'un seul type d'aliment par plateau.
- Disposez vos aliments côte à côte mais ne les superposez jamais.
- Si vous déshydratez des herbes ou aliments coupés en très petits morceaux, utilisez la feuille de cuisson perforée (8) pour éviter qu'ils ne tombent sur le plateau inférieur.

7. Vérifiez régulièrement l'avancement du séchage.
8. Une fois le séchage complet d'un plateau obtenu, sortez ce dernier. La déshydratation des autres plateaux se poursuit.
9. Dès séchage complet de l'ensemble des aliments, positionnez le bouton thermostat (3) sur "MIN" et mettez l'interrupteur "Marche/Arrêt" (4) sur 0. Débranchez le cordon d'alimentation.
10. Laissez refroidir les aliments puis conservez-les dans des contenants hermétiques (cf. Rubrique "Conservation").

Remarque importante

Durant le séchage, la chambre de déshydratation (7) devient chaude. Évitez de toucher ses parois.





3. Insérez les plateaux dans les rails prévus à cet effet.

À NOTER

Si vous utilisez moins de 10 plateaux, placez-les dans la partie haute de la chambre de déshydratation (7). La chaleur allant naturellement vers le haut, le temps de séchage n'en sera que raccourci.

4. Refermez la porte (5) et branchez le cordon d'alimentation.
5. Allumez l'appareil à l'aide de l'interrupteur "Marche/Arrêt" (4). Le voyant s'allume.
6. Positionnez le thermostat sur la température de séchage désirée. Pour ce faire, aidez-vous du guide de séchage (2) apposé sur le panneau de commande (1) ainsi que du tableau ci-après.

GUIDE DE SECHAGE

-  Herbes & fleurs 35-45°C
-  Légumes 50-60°C
-  Fruits 55-65°C
-  Viandes & poissons 60-70°C

Les températures et durées de séchage indiquées dans le tableau ci-dessous sont des valeurs indicatives. Elles peuvent varier en fonction de la température de l'air, de l'humidité ambiante, du taux d'eau contenu dans les aliments, de la taille des aliments...

Déshydratation des fruits : thermostat 55°C

Fruits	Préparation	Temps de séchage en heures (environ)	Etat des aliments
Abricots	Dénoyautés, coupés en deux ou tranchés. Côté peau vers le bas	18-25	Mou
Ananas	Pelés, sans les yeux et le cœur, tranchés (env. 5 mm d'épaisseur)	10-15	Mou
Bananes	Pelées, coupées en deux ou quatre dans le sens de la longueur ou émincées (env. 5 mm d'épaisseur)	6-10	Dur
Canneberges	Entières. Prétraitées dans l'eau bouillante	10-12	Mou
Cerises	Dénoyautées, équeutées, coupées en deux. Côté peau vers le bas	13-20	Dur, légèrement collant
Figues	Coupées en deux. Côté chair vers le bas	22-30	Sec
Fraises	Entières ou coupées en deux	9-15	Mou
Kiwis	Pelés, coupés en tranches de 10 mm env.	7-15	Dur et croustillant
Mûres	Entières	10-15	Dur
Nectarines	Dénoyautées, pelées (facultatif), coupées en tranches de 10 mm env.	8-16	Mou
Pêches	Dénoyautées, pelées (facultatif), coupées en tranches de 10 mm env.	8-16	Mou
Poires	Épépinées, pelées (facultatif), coupées en quatre ou en tranches de 5 mm env.	8-20	Mou
Pommes	Épépinées, pelées (facultatif), coupées en tranches de 5 mm env.	7-15	Mou
Prunes et pruneaux	Dénoyautés, coupés en deux. Côté peau vers le bas	15-22	Mou
Raisins	Entiers ou coupés en deux. Prétraités par blanchiment. Côté peau vers le bas	22-30	Mou

Déshydratation des légumes : thermostat 50°C

Légumes	Préparation	Temps de séchage en heures (environ)	Etat des aliments
Betteraves	Cuites à l'étuvée et refroidies. Pelées, coupées en tranches ou cubes de 5 mm env.	8-12	Dur
Carottes	Coupées en rondelles de 10 mm env.	6-10	Dur
Céleris	Coupés en rondelles de 10 mm env. Prétraités par blanchiment	6-10	Dur
Champignons	Entiers pour les petits ou tranchés pour les plus gros (10 mm env.)	3-7	Dur
Courgettes	Coupés en tranches de 5 mm env.	7-11	Friable
Julienne de légumes	Carottes, céleris, poireaux, choux-raves... coupés en fins bâtonnets. Prétraité par blanchiment	7-12	Dur
Oignons	Pelés, en tranches de 5 mm env. ou hachés. Thermostat 60°C	4-8	Dur
Poireaux	Coupés en deux dans le sens de la longueur et en bâtonnets de 5-10 cm	7-12	Friable
Poivrons	Epépinés, coupés en tranche de 5-10 mm env.	8-12	Mou
Pommes de terre	Cuites à l'étuvée pendant 5 mn. Coupées en tranche de 6 mm ou râpées	6-14	Dur, friable
Tomates	Coupées en tranches de 5 mm env. ou en deux pour les tomates cerises. Côté peau vers le bas	7-14	Dur, friable

Déshydratation des herbes et fleurs : thermostat 45°C

Herbes/Fleurs	Préparation	Temps de séchage en heures, environ	Etat des aliments
Basilic	Feuilles enlevées des tiges. Entières ou hachées. Posées sur une feuille de cuisson	15-22	Friable
Ciboulette	Hachées. Posées sur une feuille de cuisson	15-22	Friable
Estragon	Feuilles enlevées des tiges. Entières. Posées sur une feuille de cuisson	15-22	Friable
Feuilles de fenouil	Hachées. Posées sur une feuille de cuisson	1-3	Friable
Fleurs	Entière, feuilles et tige coupées. Posées sur une feuille de cuisson	3-7	Friable
Menthe	Feuilles enlevées des tiges. Entières ou hachées. Posées sur une feuille de cuisson	10-18	Friable
Persil	Equeuté, entier ou haché. Posé sur une feuille de cuisson	10-18	Friable

Déshydratation d'autres aliments

Aliments	Préparation	Temps de séchage en heures (environ)	Etat des aliments
Viande	Précuite à 75°C. Séchage à 70°C	4-15	Dur
Poisson	Précuit à 90° C. Séchage à 70°C	3-10	Dur
Rouleaux de fruits	Préparation : cf. recettes p. 21. Séchage à 55°C	4-6	Mou

conservation

- Pour garantir une conservation optimale, les aliments doivent être entièrement secs et refroidis avant de les emballer.
- Conservez les aliments dans des boîtes, bocaux ou sachets en plastique hermétiques ou sous-vide.
- Stockez les préparations à l'abri de la lumière, dans un endroit frais (idéalement 15°C maximum) et sec.

réhydratation

Pour réhydrater les aliments, plusieurs solutions s'offrent à vous :

- Le trempage : trempez les aliments durant 2 à 6 heures dans de l'eau dans un récipient fermé, au réfrigérateur.
- L'ébouillantage : versez une tasse d'eau bouillante sur une tasse de légumes et laissez tremper 20 minutes. Pour les fruits, mettez une tasse de fruits dans une casserole, ajoutez une tasse d'eau et cuisez doucement jusqu'à ce qu'ils soient tendres.
- La cuisson : pour la préparation de sauces, de potages, compotes... faites cuire les aliments séchés sans les avoir préalablement fait tremper.
- N'assaisonnez pas les aliments durant le processus de réhydratation afin de ne pas altérer leur goût.

conseils d'utilisation

- Utilisez votre appareil dans une pièce où l'air ambiant est supérieur à 15°C.
- Votre appareil n'est pas équipé d'une minuterie. Nous vous suggérons d'utiliser un minuteur mobile pour surveiller le temps de séchage.
- Ne coupez pas vos aliments en morceaux trop petits car ils vont réduire au cours du séchage et pourraient glisser entre les mailles du plateau.
- Le déshydrateur est livré avec 2 feuilles de cuisson. Nous vous conseillons d'utiliser la feuille perforée pour le séchage des herbes ou autres aliments coupés en petits cubes ou râpés. La feuille pleine servira à réaliser des préparations à base d'aliments mous (rouleaux de fruits, crackers...).
- Les aliments trop déshydratés perdent de leurs valeurs nutritionnelles et de leur goût. Vérifiez régulièrement l'état de séchage en cours de déshydratation.

- Suivez le guide de séchage : avec une chaleur trop élevée une croûte sèche se formerait sur les aliments mais l'intérieur resterait humide alors qu'une chaleur trop faible augmenterait le temps de séchage.

accessoire en option

Vous pouvez compléter votre déshydrateur par l'achat de feuilles de cuisson silicone pleines QDH 940 ou perforées QDH 941 supplémentaires. Vous les trouverez sur notre site www.accessoires-electromenager.fr ou chez l'un de nos revendeurs (liste disponible sur notre site internet www.riviera-et-bar.fr).



Remarque importante

Ces feuilles de cuisson s'utilisent exclusivement avec les déshydrateurs de la gamme Riviera & Bar. Elles ne peuvent être utilisées avec aucun autre produit similaire ou dans un micro-ondes ou au four traditionnel.

nettoyage et entretien

Les opérations de nettoyage et d'entretien doivent être faites appareil débranché et complètement refroidi. Elles doivent être faites après chaque utilisation.

- Nettoyez les plateaux (6) ainsi que les feuilles de cuisson (8) sous l'eau chaude savonneuse ou au lave-vaisselle.
- Nettoyez la chambre de déshydratation (7) et la porte (5) avec un chiffon doux et humide.



Remarques importantes

- N'immergez jamais l'appareil dans l'eau ou quelque liquide que ce soit.
- N'utilisez jamais de détergents ou de produits abrasifs.
- Assurez-vous que les plateaux soient bien secs avant de les remettre dans l'appareil.

guide de dépannage

anomalies	causes	solutions
L'appareil ne s'allume pas.	L'appareil n'est pas sous tension.	- Vérifiez la présence de courant à la prise. - Vérifiez que le cordon d'alimentation soit correctement branché dans la prise secteur. - Sinon vérifiez le disjoncteur ou les fusibles de votre installation électrique. - Appuyez sur l'interrupteur "Marche/Arrêt" pour mettre l'appareil sous tension.
L'appareil ne chauffe pas alors qu'il est sous tension ou le ventilateur ne fonctionne pas.	La résistance ou le ventilateur sont défectueux.	Contactez le Service Relations Clientèles : info@arb-sas.fr
L'appareil surchauffe ou ne chauffe pas assez.	Le système de contrôle de température est défectueux.	Eteignez l'appareil et contactez le Service Relations Clientèles : info@arb-sas.fr
Les aliments ne séchent pas.	Il y a trop d'ingrédients sur les plateaux.	Réduisez la quantité d'aliments.
	Les aliments se chevauchent.	Laissez un espace entre les aliments.
La déshydratation n'est pas homogène.	Les aliments ne sont pas tous coupés à la même épaisseur.	Coupez les aliments à la même taille, espacez les aliments sur le plateau.
	Il y a trop d'ingrédients sur les plateaux.	Réduisez la quantité d'aliments.
Des gouttes d'eau apparaissent sur la porte.	Il y a trop d'ingrédients sur les plateaux.	Réduisez la quantité d'aliments.
	Les aliments contiennent trop d'eau.	Réduisez la quantité d'aliments et augmentez le temps de séchage.

IDÉES RECETTES

Recettes avec fruits secs (pour 4 personnes)

Pommes de terre et lard aux pommes séchées

Ingrédients :
250 g de morceaux de pommes séchées trempés
1 kg de pommes de terre
200 g de lard
Sel
Condiment en poudre

Faire cuire le lard et les morceaux de pommes dans l'eau de trempage pendant environ 1 heure à feu doux. Assaisonner, ajouter les pommes de terre coupées en morceaux et continuer la cuisson jusqu'à ce que le tout soit bien cuit. Faire réduire s'il reste du liquide. Découper le lard. Mélanger et servir.

Pain aux pommes

Ingrédients :
300 g de morceaux de pommes trempés et cuits
250 g de pain
100 g de sucre
Beurre ou margarine

Faire fondre le beurre dans la poêle, ajouter le sucre et faire brunir légèrement. Couper le pain en petites tranches ou en dés et tourner dans le beurre chaud. Ajouter les morceaux de pommes égouttés, mélanger le tout légèrement et dresser.

Dessert aux abricots

Ingrédients :
200 g d'abricots trempés
1 c. à s. de sucre
Autant d'amandes et de raisins secs
Crème
Glace ou crème à la vanille

Faire cuire les moitiés d'abricots avec un peu de sucre dans leur eau de trempage. Dresser la glace ou la crème vanille dans des coupes à dessert, garnir avec les demi-abricots, la crème battue, les amandes et les raisins secs.

Purée de fruits secs

Ingrédients :
250 g de fruits secs trempés
(un mélange de pommes, abricots, poires, cerises, pruneaux)
2 c. à s. de sucre
3 c. à s. de crème
1 jus de citron
Noix ou noisettes

Hacher les fruits grossièrement (il faut parfois cuire les poires avant), ajouter sucre, crème et jus de citron. Mélanger et dresser dans des coupes. Garnir de noix ou noisettes.

Crème aux fruits secs

Ingrédients :
200 g d'abricots, pommes et pruneaux trempés
150 g de séré
½ tasse de lait,
2 c. à s. de sucre
1 jus de citron

Cuire les fruits et les hacher grossièrement, battre le séré en mousse avec le lait, l'ajouter aux fruits avec le sucre et le jus de citron. Dresser dans des coupes.

Dessert mélangé

Ingrédients :
Fruits secs trempés (abricots, pommes, poires, pruneaux - 100 g de chaque sorte)
100 g de confiture (par ex. de fraises)
50 g de noix ou noisettes râpées
1 zeste de citron
Cannelle

Hacher grossièrement les fruits (cuire éventuellement les poires), les mélanger avec les autres ingrédients, les mettre dans un moule rincé à l'eau froide, presser, démouler. Servir avec de la crème à la vanille.

Couronne d'abricots

Ingrédients :
400 g d'abricots trempés
1 à 3 c. à s. de sucre
3 à 5 c. à s. de crème ou de lait

Egoutter les abricots, les réduire en purée, les mélanger au sucre et au lait, ou à la crème. Déposer la masse dans un moule en couronne et démouler sur un plat. Garnir le centre de crème de chantilly ou de la crème à la vanille.

Crêpes farcies

Ingrédients :
Pâte : 200 g de farine, 2 œufs, 1 c. à thé de sel, 1 tasse de lait allongé d'eau
Farce : 100 g de poires, 100 g de pruneaux et 100 g de pommes trempées, 80 g de noisettes, 40 g de raisins secs, 5 c. à s. de sucre, ½ c. de thé de cannelle, jus et zeste d'un demi-citron, eau de trempage, 4 à 5 c. à s. de crème, un peu de sucre et de cannelle

Pâte à crêpes : bien mélanger la farine avec les œufs, ajouter le lait allongé d'eau et le sel. Il faut obtenir une pâte bien lisse. Laisser reposer 1 heure.

Farce : égoutter les fruits, les réduire en purée et les mélanger aux autres ingrédients, jusqu'à obtention d'une masse que l'on puisse étendre. Confectionner des crêpes fines, les enduire de farce et les poser l'une sur l'autre dans un plat à four beurré. Pour terminer, verser la crème par-dessus, parsemer de sucre et faire gratiner légèrement une dizaine de minutes au four.

Pudding aux fruits secs

Ingrédients :
Fruits secs trempés (pommes, poires et pruneaux - 125 g de chaque sorte)
60 g de pain
½ tasse de lait
100 g de sucre
jus et zeste d'un demi-citron
½ c. à thé de cannelle
¼ de c. à thé de poudre de girofle
50 g d'amandes
10 g de noix ou noisettes hachées grossièrement
3 à 6 c. à s. d'eau de trempage

Ramollir les fruits trempés en les cuisant, les réduire en purée avec le pain trempé dans le lait, ajouter et mélanger les autres ingrédients. Beurrer un moule et parsemer ses parois de miettes de pain. Le remplir aux 3/4 avec la purée et faire cuire 30 à 40 minutes au bain-marie. Servir avec de la crème de vanille.

Soufflé aux poires

Ingrédients :
300 g de poires trempées
3 jaunes d'œufs
3 blancs d'œufs battus en neige
2 c. à s. de sucre
3 c. à s. de panure
1 tasse de lait
Un peu de noix ou noisettes hachées

Egoutter les poires et les réduire en purée, mélanger jaunes d'œufs, sucre, panure, lait et noix, ou noisettes, à cette purée. Ajouter les blancs d'œufs battus en neige en les incorporant délicatement par-dessous. Verser dans un moule beurré et cuire environ 1 heure à four bien chaud.

Gâteau aux poires

Ingrédients :
12 poires séchées trempées
1 tasse de flocons d'avoine
¾ de tasse de sucre
1 pointe de couteau de poudre de girofle
1 c. à s. de poudre de chocolat ou de cacao
1 c. à thé de cannelle
1 pincée de sel
½ tasse de farine
1 petit paquet de poudre à lever
1 tasse de lait ou de crème

Egoutter les poires, les réduire en purée et les mélanger avec les ingrédients dans l'ordre indiqué. Déposer la masse dans un moule bien beurré et faire cuire environ 1 heure à four bien chaud.

IDÉES RECETTES

Florentins

Ingrédients :

250 g de fruits secs (abricots, poires, dattes, pruneaux)
150 g d'amandes en copeaux
250 g de sucre
1 c. à s. de sucre vanillé
2 c. à s. de beurre
3 c. à s. de farine
1 tasse de crème

Couverture en chocolat : 250 g de chocolat noir, 6 c. à s. d'eau. Faire fondre doucement le chocolat en petits morceaux avec de l'eau (ou utiliser une glaçure de chocolat toute prête).

Hacher les fruits grossièrement, les mettre dans une casserole avec tous les ingrédients (sauf le sucre vanillé et la farine), mélanger et faire cuire 3 minutes à petit feu. Rajouter et mélanger farine et sucre vanillé. Avec une cuillère à thé, déposer de petites portions sur une plaque à gâteau recouverte de papier de pâtissier et les aplatir. Faire cuire environ 5 minutes à chaleur moyenne dans le four préchauffé. Plonger le côté inférieur et environ 1/3 de la surface dans le chocolat fondu ou les enduire de chocolat. Laisser sécher au frais.

Pommes en crème

Ingrédients :

50 g de morceaux de pommes trempés et cuits
¼ de litre de lait ou de crème
2 œufs
1 c. à thé de fécule de pommes de terre
1 c. à s. de sucre
1 verre de jus de pommes

Déposer les morceaux de pommes refroidis et égouttés dans un compotier. Batre les autres ingrédients et les amener à ébullition. Ajouter le jus de pomme à la fin. Laisser refroidir un peu et verser la crème sur les morceaux de pommes.

Soufflé au riz et aux pommes

Ingrédients :

1 litre de lait
200 g de riz
1 œuf
Beurre
250 g de morceaux de pommes trempés et cuits
Raisins secs

Faire cuire le riz dans le lait, ajouter un peu de sucre et de cannelle, mélanger avec les œufs battus. Déposer alternativement des couches de riz et de morceaux de pommes égouttés mélangés avec les raisins secs, en terminant par une couche de riz. Parsemer de flocons de beurre. Faire cuire environ 25 minutes à four bien chaud et servir chaud.

Riz au lait aux abricots

Ingrédients :

50 g d'abricots trempés
Sucre
1 litre de lait
1 tasse de riz
1 pincée de sel

Cuire le riz dans le lait, cuire les abricots égouttés avec du sucre. Déposer alternativement des couches de riz et des couches d'abricots dans un moule à pudding, en commençant par le riz, bien comprimer, laisser refroidir et démouler. Arroser de jus d'abricots.

Soufflé aux abricots

Ingrédients :

200 g d'abricots trempés
125 g de pain blanc
¼ de litre de lait
50 g de beurre
60g de sucre
¼ de zeste de citron
1 pincée de sel
30 g d'amandes
3 jaunes d'œufs
3 blancs battus en neige

Couper le pain en petits morceaux et verser le lait bouillant par-dessus. Batre le beurre en mousse et le mélanger avec sucre, jaunes d'œufs, amandes, zeste de citron râpé et pain trempé. Pour terminer, introduire les abricots égouttés et les blancs d'œufs battus dans la masse, en les intégrant délicatement par-dessus. Déposer le tout saupoudré de sucre, ajouter miettes de pain, sucre et flocons de beurre. Faire cuire environ 1 heure à four bien chaud.

Bonbons aux fruits secs

Ingrédients :

200 g d'abricots et de pruneaux
250 g de beurre
500 g de farine
1 œuf
150 g de sucre
1 sachet de sucre vanillé
Sel

Batte le beurre en mousse, ajouter progressivement le sucre, le sucre vanillé, une pincée de sel et l'œuf battu et continuer à remuer pendant 10 minutes. Ajouter la farine tamisée, les fruits hachés grossièrement et travailler en pâte. Confectionner des rouleaux d'environ 3 cm de diamètre et les mettre à refroidir pendant au moins une heure au réfrigérateur. Découper ensuite des rondelles d'environ 5 mm d'épaisseur et les faire cuire environ 20 minutes à four moyen.

Rouleaux de fruits

Ingrédients :

1 kg de fruits bien mûrs
Yaourt
Édulcorants
Épices (selon les goûts)

Préchauffer le déshydrateur à 57°C. Laver, et selon les fruits, peler, dénoyauter ou les épépiner. À l'aide d'un mixeur, les réduire en purée, ajouter le yaourt, le sucre, les épices pour obtenir une consistance épaisse.

Recouvrir les plateaux avec la feuille de cuisson pleine ou du film plastique et verser la purée. Etaler la purée en une couche moins épaisse au centre qu'au bord et faites sécher 4 à 6 heures. Une fois que la préparation brille et ne colle plus au toucher, sortir les plateaux du déshydrateur et laisser refroidir. Détacher du film plastique et rouler en forme de cylindres.

IDÉES RECETTES

Recettes avec légumes secs (pour 4 personnes)

Irish stew

Ingrédients :
500 g de viande de mouton
Matière grasse
1 oignon
600 g de pommes de terre
50 g de carottes trempées
500 g de chou trempé
3 ½ tasses de bouillon de viande
Sel
Condiment en poudre

Assaisonner et faire revenir la viande coupée en dés avec l'oignon coupé en deux. Déposer en couches successives, dans une marmite, les pommes de terre coupées en morceaux, les légumes égouttés et la viande, verser le bouillon et faire cuire environ 1 heure.

Carottes braisées

Ingrédients :
200 g de carottes trempées
Matière grasse
1 oignon
Persil
Sel
Condiment en poudre
Env. 2 tasses de bouillon de viande

Faire revenir les carottes égouttées avec le persil et l'oignon haché dans la matière grasse, mouiller avec le bouillon de viande, assaisonner et mijoter.

Céleri au jambon

Ingrédients :
200 g de céleri trempé
Matière grasse
1 oignon
2 c. à s. de farine
Env. 2 tasses de bouillon de viande
250 g de jambon coupé en cubes

Étuer le céleri égoutté dans la matière grasse, avec l'oignon haché. Saupoudrer de farine et mouiller avec le bouillon. Ajouter les cubes de jambon peu avant de servir.

Plat bernois

Ingrédients :
200 g de haricots verts trempés
Matière grasse
1 oignon
1 gousse d'ail
Sarriette
Environ 1 ½ tasse de bouillon de viande
300 g de lard
300 g de côtelettes fumées
1 saucisse de porc
300 g de bouillon de bœuf
4 ou 5 pommes de terre

Blondir l'oignon et l'ail hachés dans la matière grasse et y étuver les haricots égouttés. Ajouter la sarriette et le bouillon de viande. Couvrir et laisser mijoter 1 à 1 ½ heure à feu doux.

Cuire les pommes de terre coupées en dés dans de l'eau salée. Cuire les viandes ensemble et mettre la saucisse à l'eau salée. Cuire les viandes ensemble et mettre la saucisse à l'eau chaude. Découper viande et saucisse et dresser sur les haricots avec les pommes de terre.

Potée Marie

Ingrédients :
600 g de pommes de terre cuites
100 g de carottes trempées
50 g de champignons trempés
100 g de fromage râpé
Beurre

Peler les pommes de terre et les couper en tranches. Les disposer par couches successives dans un plat beurré, alternativement avec les carottes et les champignons égouttés. Parsemer de fromage râpé et faire gratiner légèrement environ 30 minutes à four moyen.

Haricots verts valencienne

Ingrédients :
150 g de haricots et 50 g de lamelles de poivrons trempés
1 oignon
1 gousse d'ail
1 c. à s. de sarriette
50 g de beurre
Env. 2 tasses de bouillon de viande
Matière grasse
Sel
Condiment en poudre

Blondir l'oignon haché et l'ail pressé dans la matière grasse, ajouter la sarriette, tenir au chaud. Cuire les haricots et les poivrons égouttés dans le bouillon. Joindre le mélange d'oignon, d'ail et de sarriette ainsi que le beurre. Cuire environ 1 heure.

Tomates gratinées

Ingrédients :
150 à 200 g de tomates trempées
30 g de beurre
50 g de fromage râpé
20 g d'herbes aromatiques
1 oignon
Matière grasse

Faire blondir l'oignon haché dans la matière grasse avec les herbes réduites en poudre. Egoutter les demi-tomates et les déposer par couches dans un plat à gratin beurré. Répartir le mélange d'herbes et d'oignon à la surface, garnir de flocons de beurre et de fromage râpé. Gratiner à four moyen pendant 15 à 20 minutes.

Gratin de poireaux

Ingrédients :
200 g de poireaux trempés coupés en bâtonnets
Env. 2 ½ tasses de bouillon de viande
1 tasse de crème
Farine
100 g de lard en dés
Sel
Condiment en poudre

Faire cuire les poireaux égouttés dans le bouillon, les en retirer et les déposer dans un plat à gratin beurré. Mélanger un peu de bouillon avec la crème, et assaisonner. Faire réduire un moment, verser sur les poireaux et gratiner environ 20 minutes à four moyen. Faire rissoler les lardons, en garnir le gratin et servir.

Minestrone

Ingrédients :
50 g de légumes en julienne
50 g de carottes
100 g de haricots borlotti (haricots blancs ou rouges) trempés
1 boîte de concentré de tomates
1 litre de bouillon de viande
2 c. à s. d'herbes (basilic, marjolaine)
50 g de fromage râpé
Sel
Poivre
Matière grasse

Faire blondir l'oignon haché dans la matière grasse, ajouter le concentré de tomates, laisser étuver un instant, mouiller avec le bouillon, joindre, les haricots borlotti en julienne, les carottes et les herbes aromatiques et continuer la cuisson jusqu'à ce que légumes et haricots soient tendres. Assaisonner et garnir à volonté de fromage râpé dans les assiettes.

Riz aux carottes

Ingrédients :
1 tasse de riz
100 g de carottes trempées
50 g de poireaux trempés
50 g de fromage râpé
1 oignon
2 tasses de bouillon de viande
50 g de beurre
Matière grasse

Étuer le riz avec l'oignon haché, verser le bouillon et remuer légèrement, ajouter les carottes et poireaux égouttés, faire cuire environ 20 minutes, jusqu'à disparition du liquide. Incorporer avec précaution des flocons de beurre et le fromage râpé.

IDÉES RECETTES

Recettes aux herbes aromatiques

(pour 4 personnes)

Croquettes de pommes de terre

Ingrédients :

1 kg de pommes de terre cuites
50 g de fromage râpé
20 g de mélange d'herbes
2 ou 3 œufs
20 g de farine
Sel
Muscade
Matière grasse

Ecraser les pommes de terre en purée (bien les mélanger avec le fromage, les œufs, la farine et les herbes) et assaisonner. Former de petits gâteaux plats et les faire rôtir à la poêle sur les deux faces.

Œufs brouillés aux tomates et aux herbes

Ingrédients :

4 demi-tomates trempées
5 c. à s. d'herbes
1 petit oignon
Matière grasse
6 à 8 œufs
Sel
Condiment en poudre

Blondir l'oignon haché dans la matière grasse, ajouter les herbes et les tomates égouttées, coupées en petits morceaux, faire étuver le tout. Battre légèrement les œufs, les assaisonner, les verser sur les tomates et remuer sans cesse, jusqu'à ce que la masse commence à prendre. Rectifier l'assaisonnement au besoin.

Crêpes aux fines herbes

Ingrédients :

200 g de farine
1 ½ tasse de lait allongé d'eau
2 ou 3 œufs
1 c. à thé de sel
5 c. à s. de mélange d'herbes

Mélanger et battre la farine avec les œufs, saler, verser le lait dilué et mélanger jusqu'à ce que la pâte soit régulièrement lisse. Ajouter les herbes réduites en poudre et laisser reposer 1 heure. Confectionner de fines crêpes.

Beurre aux herbes

Ingrédients :

200 g de beurre ramolli
1 oignon
1 ou 2 gousses d'ail, ciboulette, estragon, marjolaine, basilic et thym,
1 c. à s. de chaque herbe
Poivre
Sel
1 c. à thé de moutarde
Un peu de jus de citron

Blondir l'oignon haché et l'ail pressé dans un peu de beurre, ajouter les herbes et laisser étuver. Battre le beurre en mousse, incorporer les herbes refroidies, mélanger avec la moutarde et le jus de citron, ajouter poivre et sel à volonté. Mettre au frais. Former un cube à l'aide d'un couteau et prélever des tranches au fur et à mesure des besoins. Se conserve très bien au congélateur.

Recettes aux champignons

(pour 4 personnes)

Croûte aux champignons

Ingrédients :

100 à 150 g de champignons trempés
1 oignon
Matière grasse
Jus de citron
Farine
1 tasse de crème, herbes aromatiques (thym, basilic...)
Pain à toasts
Condiment en poudre
Sel

Faire blondir l'oignon haché dans la matière grasse, ajouter les champignons égouttés, les herbes et le jus de citron et faire étuver brièvement. Saupoudrer d'un peu de farine, verser la crème, faire cuire rapidement, assaisonner. Dresser sur les toasts.

Hamburgers aux champignons, carottes et fines herbes

Ingrédients :

300 g de viande de bœuf haché
150 g de chair à saucisse
1 oignon
Un peu de champignons et carottes trempés
3 c. à s. d'herbes aromatiques
1 œuf
1 morceau de pain sec
Un peu de farine
Bouillon de viande
Matière grasse
Condiment en poudre
Sel

Hacher la moitié de l'oignon et le faire revenir dans la matière grasse avec les champignons et les carottes égouttés et hachés grossièrement. Découper le pain en dés, les faire tremper dans le bouillon chaud. Mélanger soigneusement la viande hachée avec la chair à saucisse, le pain, l'œuf et le mélange de carottes et champignons. Ajouter un peu de farine. Former des steaks plats et les faire sauter des deux côtés à feu vif. Couper la deuxième moitié de l'oignon en rondelles, les faire rôtir avec les steaks.

Riz aux champignons

Ingrédients :

30 à 50 g de champignons trempés
1 tasse de riz
2 tasses de bouillon de viande
1 oignon
Matière grasse
Condiment en poudre

Faire revenir le riz dans la matière grasse, avec les champignons égouttés et l'oignon haché. Verser le bouillon, remuer légèrement et faire cuire 20 minutes environ. Assaisonner.

Paupiettes de bœuf aux champignons

Ingrédients :

4 grandes tranches fines de bœuf
20 g de champignons trempés
20 g de carottes trempées
2 c. à s. d'herbes aromatiques
1 oignon
Matière grasse
Moutarde
Condiment en poudre
Sel
Bouillon de viande

Faire blondir l'oignon haché dans la matière grasse, ajouter les champignons et les carottes égouttés et hachés grossièrement, ainsi que les herbes réduites en poudre, faire étuver le tout, assaisonner, tenir au chaud. Assaisonner les tranches de bœuf d'un côté et les enduire un peu de moutarde. Etendre le mélange de champignons et de carottes, rouler les tranches et les attacher avec un fil. Les faire sauter à feu vif, puis mouiller avec le bouillon et éventuellement un peu de vin rouge. Faire cuire à petit feu 40 minutes environ.

IDÉES RECETTES

Crackers

Quinoa et graines de courge

Ingrédients :

- 200 g de graines de courge
- 60 g de graines de lin brun
- 80 g de quinoa
- Sel

Faire tremper la quinoa 3-4 heures dans de l'eau tiède. Egoutter et laisser germer 12-24 heures. Faire tremper les graines de lin et de courge quelques heures dans l'eau tiède. Rincer la quinoa et égoutter les graines de lin et courge. Broyer grossièrement le tout avec le sel. Laisser reposer 15 minutes. Etaler la pâte sur un plateau du déshydrateur recouvert d'une feuille de cuisson pleine et laisser sécher environ 20 heures, thermostat 45°C. Laisser refroidir et casser en petit morceaux.

Tomates séchées graines de tournesol

Ingrédients :

- 300 g de graines de lin moulues
- 150 g de tomates séchées
- 150 g de graines de tournesol
- 100 g de graines de lin entières
- 75 g de graines de chanvre
- 2 c. à s. de purée d'origan
- 1 c. à c. de sel
- 2 c. à c. de persil séché
- 2 c. à c. de poudre d'ail
- 600 ml d'eau

Faire tremper les tomates séchées dans l'eau pendant 6 à 12 heures. Lorsqu'elles sont réhydratées, mixer l'ensemble jusqu'à obtention d'une préparation quasi lisse et homogène. Ajouter le reste des ingrédients et laisser reposer 15 minutes. Répartir la pâte uniformément à l'aide d'une spatule sur deux ou trois plateaux de déshydratation recouvert d'une feuille de cuisson ou de film alimentaire. Placer au déshydrateur à 45°C pendant 4 heures. A l'aide d'une spatule, dessiner des carrés afin de faciliter le découpage ultérieur. Replacez les plateaux au déshydrateur et diminuer la température à 40°C. Continuer la déshydratation pendant 12 heures. Sortir les crackers, les couper en suivant les lignes préalablement tracées, puis les retourner et les replacer sur la plaque (sans la feuille). Déshydrater à nouveau de 2 à 4 heures jusqu'à séchage complet.

Bananes

Ingrédients :

- 2 bananes
- 2 c. à s. d'huile de colza
- Le jus d'un citron
- 3 c. à s. de graines de lin broyées
- 2 c. à s. de sirop d'agave

Ecraser les bananes à la fourchette. Ajouter le reste des ingrédients, mélanger. A l'aide d'une cuillère à soupe, disposer des cercles de préparation sur le plateau recouvert d'une feuille de cuisson pleine. Faire sécher 8 à 10 heures sur thermostat 45°C.

notes