

GRAEF.



Das Graef
Dörrautomat
Rezeptbuch

DELI 
KITCHEN.

The Graef
Dehydrator
RecipeBook



Author: Culinary Art
Fotos: Studio Neubauer, Adobe Photo Stock

Inhaltsverzeichnis

Apfelchips mit Tonkbohne	13
Orangen	13
Cranberry-Müslriegel mit Macadamiannüsse	15
Orangen-Ingwer Tee	17
Süßkartoffel-Chips.....	19
Beef-Jerky.....	21
Hähnchen-Leckerlie	23
Mandarinen-Kokos Plätzchen	25
Quinoa-Schokoladenkarten	27
Cranberry-Sterne	29
Fruchtiges Geschenkband.....	31
Asiatische Suppe	33
7 Kräuter Suppe	35
Gemüse Suppe.....	37
Mediterrane Suppe.....	39

Graef im Netz



GRAEF.DE



GRAEF.BLOG



FACEBOOK.COM/GRAEF.DE



INSTAGRAM.COM/GRAEF_ELEKTROKLEINGERAETE



YOUTUBE.COM/USER/GEBRGRAEF



Unser E-Book!



**Chips and fit.
Mach aus Vitaminen
deinen natürlichen Snack.**

Vollendet trockener Genuss

Mach aus Vitaminen deinen natürlichen Snack.

Die erste Idee ist ja oft die beste. Auch die älteste Methode, Lebensmittel haltbar zu machen, ist zugleich eine der besten und gesündesten: Obst zu dörren mittels trocken-heißer Wüstenluft, auf diesen Gedanken kamen findige Mesopotamier schon vor 5000 Jahren. Heute erzeugt der Dörrautomat von Graef mit modernster Technologie das zum Dörren nötige Trockenklima in jeder Küche. Dank seiner Größe und seiner langen Laufzeit von bis zu 40 Stunden, dörft das Gerät Früchte, Gemüse, Fleisch, Fisch, Nüsse und vieles mehr in fast jeder gewünschten Menge. Zudem lässt sich mit ihm Joghurt herstellen. Das und mehr macht den Dörrautomaten zum perfekten Küchenhelfer für alle, die auf eine bewusste, gesunde Ernährung setzen und möglichst keine Lebensmittel verschwenden wollen.



Der perfekte Begleiter in der SlicedKitchen

Lecker, praktisch, einfach und gesund

Von diesem Wissen sollte sich jeder in der Küche eine Scheibe abschneiden: Je dünner man Fleisch und Gemüse schneidet, desto mehr Aromen setzen sie frei und desto zarter umschmeicheln sie den Gaumen. Das fängt beim Carpaccio an, gilt für Gemüsenudeln, Gratins oder selbstgemachte Jerkys und hört beim luftgetrockneten Schinken noch lange nicht auf. Eine ganze Palette von Gerichten aus fein Geschnittenem erobert derzeit Deutschlands Küchen. Neben dem vollen Geschmack gibt es dafür einen weiteren Grund: Selbstgeschnittene Nahrungsmittel halten sich einfach länger frisch. Ein Laib Brot, der erst bei Bedarf geschnitten wird, trocknet lange nicht so schnell. Auch Hartkäse, Wurst und Schinken halten sich am Stück deutlich länger als in Scheiben, die schon nach wenigen Tagen austrocknen und ihre Aromen einbüßen. Wegen der größeren Oberfläche verflüchtigen sie ganz einfach zusammen mit der Feuchtigkeit. Zudem erhalten Bakterien deutlich mehr Angriffsfläche. Selber schneiden ist also ein nachhaltiger Beitrag zu Ressourcenschonung, Lebensmittelsicherheit und vor allem – zum frischen Geschmack.

Wie in der SlicedKitchen üblich, schneidet man die Lebensmittel vor dem Dörren in einheitlich dünne Scheiben – am besten mit einem Graef Graef Alleschneider und dem MiniSlice Aufsatz für kleine Zutaten. Denn je dünner die Scheiben sind, desto besser setzen sie ihre Aromen frei und desto einfacher lassen sie sich trocknen. Fein geschnittene Kiwis, Äpfeln, Bananen oder Zitrusfrüchten, Süßkartoffeln, Rote Bete, Tomaten – oder was auch immer – unsere Dörrautomaten machen aus Vitaminen innerhalb weniger Stunden natürliche Snacks. Etwa zum Knabbern, fürs Müsli oder für Müsliriegel. Auch die Zubereitung fermentierter Lebensmittel, etwa eines gesunden Frühstücksjoghurts mit selbstgemachtem Müsli und Obstchips als Topping, ist möglich, pürierte Früchte verwandelt er in leckeres Fruchtleder und weich gewordene Cracker macht er wieder knusprig. Fleisch, das vorher am besten gesalzen oder mariniert wird, lässt sich ebenso wie Fisch dörren und zu würzigen Jerkys verarbeiten. Auch Leckerlis für die Vierbeiner im Haushalt gibt das Gerät her. Und wer im eigenen Garten Obst, Gemüse oder Kräuter erntet, kann mit dem Gerät alles, was er nicht frisch verzehrt, problemlos haltbar machen.

Die passenden Produkte finden Sie auf unserer Internetseite www.graef.de

Young Line



SKS 100 - Serie



SKS 110 - Serie



SKS 300 - Serie

Family Line



Vivo - Serie



Classic - Serie



SKS 500 - Serie

Chef's Line



Master - Serie



SKS 800 - Serie



SKS 900 - Serie



MiniSlice Aufsatz
(runde Auflage)



MiniSlice Aufsatz
(eckige Auflage)

Tipps & Tricks

Einweichzeiten

Zutat	Einweichzeit
Walnüsse	4 - 6 Stunden
Mandeln	8 - 12 Stunden
Buchweizen	15 Minuten
Kürbiskerne	8 Stunden
Sonnenblumenkerne	2 - 4 Stunden
Leinsamen	2 - 3 Stunden
Chia-Samen	2 - 3 Stunden

Vorbereitung der Lebensmittel

Vor dem Trockenvorgang muss das Dörrgut entsprechend seiner Beschaffenheit auf unterschiedliche Art und Weise vorbereitet werden. Häufig empfiehlt es sich, die Lebensmittel in gleichmäßige Scheiben zu schneiden. Diese Aufgabe meistert der Graef Alleschneider einfach und schnell und zaubert gleichzeitig dünne Scheiben, die den Dörrvorgang verkürzen und den Output erhöhen.

Um die Farben und Aromen von Gewürzen und Kräutern zu erhalten, sollten diese am Stängel auf einer niedrigen Temperatur zwischen 35 und 46°C gedörrt werden. Zuvor ist es jedoch wichtig, die Gewürze und Kräuter gründlich zu waschen und anschließend trocken zu tupfen.

Rohe Nüsse oder Kerne sollten vor dem Dörrvorgang eingeweicht werden. Somit werden sie leichter verdaulich und die Nährstoffe bleiben erhalten. Stellen Sie im Anschluss sicher, dass das Dörrgut vollständig getrocknet ist.

Vor dem Dörren von Gemüse oder Obst sollten Sie dieses gründlich waschen, schälen und in feine Scheiben schneiden. Bei Wurzelgemüse empfiehlt es sich außerdem dieses zunächst 3 bis 4 Minuten zu dämpfen oder zu blanchieren. Kleine Obstsorten wie Weintrauben oder Beeren können auch im Ganzen gedörrt werden. Damit geschnittenes Obst nicht oxidiert und braun wird, einfach die Fruchtscheiben mit Zitronensaft beträufeln!

Zur Herstellung von Jerkys eignet sich insbesondere mageres Fleisch, da fettiges Fleisch leicht verderben kann. Um das Fleisch gleichmäßig zu schneiden empfiehlt es sich, dieses zunächst kurz anzufrieren. Das Fleisch wird dadurch fester und lässt sich problemlos aufschneiden. Um eine möglichst lange Haltbarkeit zu schaffen, sollte das Fleisch vor dem Dörrvorgang gesalzen oder mariniert werden. Bei Fisch und Geflügel muss Frische geboten sein, ansonsten besteht die Gefahr, dass die Lebensmittel noch vor Beendigung des Trockenvorgangs verderben. Ob die Jerkys nach dem Dörren komplett durchgetrocknet sind, lässt sich durch einen einfachen Test herausfinden: Beim Biegen sollten die Fleischsnacks knacken aber nicht brechen!

Die Temperatureinstellung ist besonders wichtig für das Dörrergebnis. Bei zu hoher Temperatur werden die Lebensmittel zwar von außen hart, sind aber häufig im inneren noch weich. Ist die Temperatur dagegen zu niedrig eingestellt, dauert der Trockenvorgang länger, es wird unnötig Strom verbraucht und die Lebensmittel können eher verderben.

Einflussfaktoren auf die Dörrzeit

Die Dörrzeit der Lebensmittel hängt von unterschiedlichen Faktoren ab. Zum einen wird diese durch die Luftfeuchtigkeit beeinflusst. Eine hohe Luftfeuchtigkeit führt unabhängig von der Lufttemperatur zu einer längeren Dörrzeit. Auch die Beschaffenheit der Lebensmittel selbst, wie beispielsweise Wasser-, Zuckergehalt oder Reifegrad lässt die Trockenzeit variieren. Ebenso unterstützen gleichmäßig und nicht zu dick geschnittene Scheiben ein optimales Dörrergebnis. Dünne Scheiben und vorgegarte Lebensmittel führen zu einer kürzeren Trockenzeit. Die Art der Zubereitung ist damit ein weiterer wesentlicher Einflussfaktor. Wichtig ist außerdem, dass die Lebensmittel mit genügend Abstand auf den Tablett platziert werden. Nur durch eine darauf abgestimmte Dörrmenge kann die Luft optimal zirkulieren und die Lebensmittel werden gleichmäßig und vollständig gedörrt.

Lagerung

Auch die Lagerung des Dörrguts hängt im Wesentlichen von deren Beschaffenheit ab. Weisen die Lebensmittel einen geringen Fettgehalt auf, empfiehlt es sich diese in luftdichten Behältern an einem trockenen, kühlen und dunklen Ort zu lagern. Dabei ist es wichtig, dass sich die Behälter luftdicht verschließen lassen. Grundsätzlich können die getrockneten Lebensmittel auch in Zip-Beuteln verpackt werden, die dann beispielsweise in Blechdosen verstaut werden können. Dörrgut mit einem hohen

Fettgehalt, wie beispielsweise Nüsse oder Tomaten werden am besten in luftdichten Behältern im Kühl- oder Gefrierschrank gelagert. Bildet sich in Ihrem Behälter plötzlich Schwitzwasser, ist dies ein Anzeichen dafür, dass die Lebensmittel noch nicht ausreichend getrocknet sind. Sie können die Lebensmittel dann erneut in den Dörrautomaten geben und weiter dörren bis sie vollständig durchgetrocknet sind. Insbesondere bei Kräutern und Gewürzen sollten Sie darauf achten, diese an einen dunklen Ort zu lagern, um Farbe und Aroma zu erhalten.

Verwendung

Die gedörrten Lebensmittel unterstützen Sie ohne viel Aufwand bei einer gesunden und ausgewogenen Ernährung und können problemlos in Ihren Alltag integriert werden. Egal ob als Früchte-Snacks, Gemüsecracker oder Rohkost. Ganz nach dem Motto: **Chips and fit. Mach aus Vitaminen deinen natürlichen Snack.**

Aber genauso gut können Sie gedörrte Lebensmittel wieder in ihren ursprünglichen Zustand zurückführen. Durch die Zugabe von Flüssigkeit auf ganz unterschiedliche Weise, nimmt das Dörrgut wieder seine ursprüngliche Größe und Konsistenz an. Zum einen können Sie das Dörrgut 1 bis 2 Stunden einweichen, indem Sie es ganz einfach in einem flachen Gefäß mit Wasser überdecken. Alternativ ist es möglich die getrockneten Lebensmittel zu dämpfen bis diese genügend Flüssigkeit aufgenommen haben. Zur Aufbereitung von Obst oder Gemüse, einfach eine Tasse Dörrgut mit ¼ Liter kochendem Wasser übergießen. Nach 5 bis 20 Minuten sind die Lebensmittel wieder aufbereitet. Genauso können Sie die getrockneten Zutaten direkt in das Gericht geben und dann für 1 bis 15 Minuten mitkochen.





APFELCHIPS MIT TONKABOHNEN

Äpfel in für ihren Dörrautomat passender Menge, Tonkabohne

Die Apfelchips eignen sich perfekt als Snack im Müsli oder im Dessert.

1. Waschen Sie die Äpfel gründlich und trocknen Sie diese anschließend ab.
2. Entfernen Sie mit einem Apfelausstecher das Gehäuse.
3. Die Äpfel mit dem Graef Alleschneider in 2 mm dicke Scheiben schneiden.
4. Geben Sie die Apfelscheiben in eine Schüssel. Die Tonkabohne mit einer Muskat- reibe über den Apfelscheiben abreiben und dann untermischen. Die Tonkabohne nur sehr sparsam verwenden.
5. Die Scheiben auf die Tablett geben – nicht zu dicht, damit die Luft gut zirkulieren kann.
6. 7 bis 15 Stunden bei 55 °C dörren. Die Apfelchips sollten trocken und biegsam sein.



variabel



7 - 12 Stunden



55°C

ORANGEN

Orangen in für ihren Dörrautomat passender Menge

Gedörrte Orangen eignen sich hervorragend für Müslis, also Deko für Getränke oder Desserts, als Duftpotpourri oder als weihnachtliche Dekoration im Adventsgesteck.

1. Die Orangen mit dem Graef Alleschneider in 5 mm dicke Scheiben schneiden und anschließend auf einem Sieb abtropfen lassen.
2. Legen Sie eine Silikonmatte oder Backpapier auf die Tablett.
3. Die Orangescheiben auf die Tablett geben – nicht zu dicht, damit die Luft gut zirkulieren kann.
4. 8 bis 11 Stunden bei 60 °C dörren. Die fertig gedörrten Orangescheiben sollten trocken und biegsam sein.



variabel



8 - 11 Stunden



60°C



CRANBERRY-MÜSLIERIGEL

MIT MACADAMIANÜSSE

ZUTATEN:

150 g Macadamianüsse
 200 g Softcranberrys
 (alternativ gedörrt)
 200 g Kokosraspeln
 40 g Amarant
 60 g Amarant, aufgepoppt
 70 g Sonnenblumenkerne
 70 g kernige Haferflocken
 4 EL Bio-Kokosfett
 100 g weiße Schokolade
 8 EL Agavendicksaft
 200 ml Mandelmilch

1. Die Macadamianüsse grob hacken. Softcranberrys halbieren. Anschließend zusammen mit Kokosraspeln, Amarant, Kernen und Haferflocken in den Graef-Zerkleinerer geben und den Deckel schließen.
2. Anschließend mit dem Aufsatz des Graef-Stabmixers auf Stufe 2 ca. 1 Minute zerkleinern.
3. Das Fett schmelzen und die Schokolade hacken. Die Schokolade im Fett auflösen und den Agavendicksaft zugeben. Zum Schluss die Mandelmilch zugeben, erneut erhitzen und in die Cerealien gießen.
4. Erneut bei Stufe 2 ca. 1 Minute zerkleinern.
5. Backpapier auf die Größe der Dörrbleche zuschneiden. Die Masse auf zwei Bleche aufteilen und rechteckig, fingerdick daraufstreichen und leicht andrücken.
6. Anschließend im Graef-Dörrautomaten bei 90°C, ca. 3½ Stunden dörren. Nach ca. 1 Stunde die Masse im warmen Zustand in Riegel schneiden, auskühlen lassen.

 ca. 16 Riegel
 (3cm x 12 cm)

 ca. 3½ Std.

 90°C



ORANGEN-INGWER TEE

ZUTATEN:

- 40 g Ingwer
- 20 g Orange
- 20 g Zitronengras
- 15 g Zitrone
- 5 g langer Pfeffer

1. Waschen Sie den Ingwer, die Orange, das Zitronengras und die Zitrone gründlich.
2. Entfernen Sie den Stengel des Zitronengras.
3. Die Orangen, die Zitronen und den Ingwer mit dem Graef Alleschneider in 5 mm dicke Scheiben schneiden und anschließend lassen Sie die Orangen- und Zitronenscheiben auf einem Sieb abtropfen.
4. Legen Sie eine Silikonmatte oder Backpapier auf die Tablett.
5. Verteilen Sie die Zutaten auf den Tablett - nicht zu dicht, damit die Luft gut zirkulieren kann.
6. 8 bis 14 Stunden bei 55°C dörren.
7. Die Orangescheiben und Zitronenscheiben sind eher fertig als der Ingwer.
8. Nach dem Dörren, geben Sie alle Zutaten in einen Graef-Zerkleinerer und zerkleinern diese.
9. Anschließend geben Sie den fertigen Tee in einen luftdichten Behälter.
10. Geben sie 1 - 2 Teelöffel in ein Teesieb und übergießen Sie dieses mit kochendem Wasser.
11. Lassen Sie den Tee ca. 5 Minuten ziehen.



ca. 20 Portionen



8 - 14 Stunden



55°C



SÜßKARTOFFEL-CHIPS

ZUTATEN:

2 große Süßkartoffeln

2 EL Olivenöl

½ TL Salz

Gewürze nach Wahl z.B.: Paprikapulver, Cayennepfeffer, Knoblauchpulver, Pommesgewürz, Oregano, Rosmarin etc.

Eine gesunde und leckere Alternative zu herkömmlichen Kartoffelchips!

1. Die Süßkartoffeln waschen oder schälen und mit dem Graef Alleschneider in 2 - 3 mm dicke Scheiben schneiden.
2. Eine große Schale mit lauwarmen Wasser vorbereiten und die Süßkartoffelscheiben ca. 2 Stunden einweichen lassen. Dies entzieht den Kartoffeln die Stärke und vereinfacht die Trocknung.
3. Die Scheiben mit allen Zutaten in eine große Schüssel geben und mischen, bis die Scheiben gleichmäßig mit Öl und Gewürzen bedeckt sind.
4. Legen Sie Sillikonmatten oder Backpapier auf die Tablett.
5. Die Scheiben mit geringem Abstand auf den Tablett verteilen.
6. 7 bis 13 Stunden bei 50 °C dörren. Die fertigen Chips sollten knusprig und knackig sein.





BEEF-JERKY

ZUTATEN:

- 1 Kilo mageres Rindfleisch
- 150 ml Worcestersauce
- 200 ml Sojasoße
- 1 EL Zwiebel-Knoblauch-Pulver
- 1/2 TL Salz
- 1/5 TL Pfeffer
- 3 EL Ketchup

Dieses Grundrezept kann nach Belieben erweitert werden z.B. mit einem Spritzer Tabasco, Zwiebeln, Rosmarin, Salbei, Chilli oder Thymian.

TIPP: Frieren Sie das Fleisch vor dem Anschneiden ca. 1 Stunden an, dann lässt es sich besser mit dem Graef Alleschneider schneiden.

1. Entfernen Sie alle sichtbaren Fette und schneiden Sie das Fleisch in Faserrichtung mit dem Graef Alleschneider in 2,5 cm breite und 5 mm dicke Streifen.
2. Alle Zutaten für die Marinade in eine große Schüssel geben und gründlich vermengen.
3. Die Rindfleischstreifen in die Marinade geben und das Fleisch gleichmäßig mit der Marinade bedecken. Die Schüssel mit Frischhaltefolie verschließen und das Fleisch im Kühlschrank 1 bis 2 Stunden marinieren.
4. Die Rindfleischstreifen aus der Schüssel nehmen und auf die Tablett geben – nicht zu dicht, damit die Luft gut zirkulieren kann.
5. 6 bis 10 Stunden bei 65 °C dörren. Das fertig gedörnte Fleisch sollte sich trocken anfühlen und knacken, aber trotzdem nicht brechen, wenn man es biegt.
6. In einem luftdichten Behälter bei Zimmertemperatur aufbewahren.



10 - 12 Portionen



6 - 10 Stunden



65°C



HÄHNCHEN-LECKERLIE

Hähnchenfleisch in für Ihren Dörrautomat passender Menge

Mit diesen Leckerchen machen Sie sich bei Hunden und bei Katzen beliebt.

1. Das Hähnchenfleisch in 5 mm breite Streifen schneiden.
2. Auf die Tablettchen legen – nicht zu dicht, damit die Luft gut zirkulieren kann.
3. 6 bis 8 Stunden bei 65 °C dörren, bis das Fleisch ganz trocken ist.
4. In einem luftdichten Behälter bei Zimmertemperatur aufbewahren.





MANDARINEN-KOKOS

PLÄTZCHEN

ZUTATEN:

- 1 Mandarine
- Puderzucker zum Bestäuben
- 250 g Bananenfruchtfleisch (ca. 2 Stück)
- 100 g Erdnüsse
- 150 g entsteinte Aprikosen
- 80 g Dinkelflocken
- 110 g Buchweizenmehl
- ½ TL Spekulatiusgewürz
- 50 g Bitterkuvertüre
- 3-4 EL Kokosflocken

Die Mandarine unter fließendem Wasser abspülen, trocken tupfen und einfrieren. Sobald die Mandarine eingefroren ist, mit Hilfe des Graef Alleschneiders auf Stufe 0,5 in sehr dünne Scheiben schneiden. Die Gitter des Graef Dörrautomaten mit Backpapier auslegen, die Scheiben auf 2 Gitter verteilen, mit Puderzucker bestäuben und bei 65°C, ca. 8 Std. dörren.

1. Für die Plätzchen das Fruchtfleisch klein schneiden. Erdnüsse und Aprikosen mit Hilfe des Graef Zerkleinerers fein zermahlen. Fruchtfleisch, Flocken, Mehl, Gewürz zugeben und zu einer halbfesten Masse mixen. Anschließend mit angefeuchteten Händen zu 3 cm großen Plätzchen formen. Die Gitter des Graef Dörrautomaten mit Backpapier oder Silikonmatte auslegen, die Plätzchen auf 2 Gitter verteilen und bei 45°C, ca. 8 Std. trocknen.
2. 2 Std. vor Ende des Dörrens nach Belieben je 1 Scheibe Mandarine auf ein Plätzchen legen.
3. Die Kuvertüre schmelzen. Wenn die Plätzchen fertig sind, diese bis zur Hälfte in Kuvertüre tauchen und in Puderzucker wälzen.



ca. 30 Plätzchen



ca. 8 Stunden



45 - 65°C



QUINOA-SCHOKOLADENKARTEN

ZUTATEN:

320 g entsteinte Datteln
350 g gekochten Quinoa
1 EL Kakao ungesüßtes
Abrieb und Saft von ½ Bio Zitrone
1 Msp. Zimtpulver

100 g Puderzucker
½ Eiweiß
Einige Goldperlen

1. Für die Schokoladenkarten die Datteln mit Hilfe des Graef Zerkleinerers fein hacken. Restliche Zutaten ebenso zugeben und zu einer cremigen Masse mixen. Die Gitter des Graef Dörrautomaten mit Backpapier auslegen, die Creme auf 2 Gitter verteilen und die Kartengröße 3 x 4 cm grob mit einem Messer vorstanzen. Anschließend bei 70°C, ca. 8 Std. dörren.
2. Kurz vor Ende des Dörrens das Eiweiß mit Puderzucker verrühren und in einen Spritzbeutel füllen. Die fertige Masse nun final zu Karten ausschneiden und nach Belieben mit Zuckerguss und Goldperlen garnieren.



2 - 3 Lagen



ca. 8 Stunden



70°C

GRAEF.



CRANBERRY-STERNE

ZUTATEN:

300 g Fruchtmüsli
50 g Sonnenblumenkerne
50 g Softcranberrys
50 g gehackte Nüsse
(Haselnüsse, Pecannüsse, Walnüsse etc.)
100 g Mehl, Typ 405
150 g Apfelmus
100 g Honig
Abrieb von Zitrone
Puderzucker zu Bestäuben
Goldsterne zum Garnieren

1. Für die Cranberry-Sterne sämtliche Zutaten miteinander vermengen. Eine Sternform, ca. 3-4 cm in Wasser tauchen, die 1 EL Masse hineindrücken und vorsichtig aus dem Stern drücken. Die Gitter des Graef Dörrautomaten mit Backpapier auslegen, die Sterne auf 2 Gitter verteilen und bei 50°C, ca. 8 Std. dörren.
2. Zum Garnieren mit Puderzucker bestäuben und Goldsternen garnieren.



ca. 40 Sterne



ca. 8 Stunden



50°C



FRUCHTIGES GESCHENKBAND

FÜR DAS ROTE BAND:

250 g tiefgekühlte Himbeeren, aufgetaut
250 g Äpfel, (am besten Pinova Äpfel)
2 EL Agaven Dicksaft
1 Msp. Zimtpulver

FÜR DAS GRÜNE BAND:

250 g Kiwi
250 g Äpfel (am besten Pinova Äpfel)
5 g abgezupfte Minze
2 EL Blütenhonig
1 Msp. gemahlene Koriander

FÜR DAS LILA BAND:

250 g tiefgekühlte Heidelbeeren,
aufgetaut
250 g Äpfel (am besten Pinova
Äpfel)
2 EL Ahornsirup
Mark von ½ Vanillestange

1. Für das rote Band Himbeeren samt Abtropfsaft in den Mixbecher des Graef Stabmixers geben. Äpfel schälen, viertel, das Kerngehäuse entfernen und grob würfeln. Apfelwürfel, Agavendicksaft, Zimtpulver zu den Himbeeren geben und in kurzen Intervallen zu einem cremigen Püree verarbeiten. Anschließend durch ein grobes Sieb streichen.
2. Für das grüne Band die Kiwi schälen, vierten und in den Mixbecher des Graef Stabmixers geben. Äpfel schälen, viertel, das Kerngehäuse entfernen und grob würfeln. Apfelwürfel, Minze, Blütenhonig, Koriander zur Kiwi geben und in kurzen Intervallen zu einem cremigen Püree verarbeiten. Anschließend durch ein grobes Sieb streichen.
3. Für das lila Band die Heidelbeeren samt Abtropfwasser in den Mixbecher des Graef Stabmixers geben. Äpfel schälen, viertel, das Kerngehäuse entfernen und grob würfeln. Apfelwürfel, Ahornsirup, Vanillemark zu den Heidelbeeren geben und in kurzen Intervallen zu einem cremigen Püree verarbeiten. Anschließend durch ein grobes Sieb streichen.
4. Die Gitter des Graef Dörrautomaten mit Backpapier oder Silikonmatten auslegen, das Püree auf die Gitter verteilen und bei 70°C, ca. 3 Std. dörren. Anschließend das Fruchtleider in schmale Streifen schneiden, vom Backpapier lösen und einrollen.



ca. 2 - 3 Lagen



ca. 3 Stunden



70°C



ASIATISCHE SUPPE

ZUTATEN BRÜHPULVER:

- 1 Möhre
- 1 kl. Fenchel
- 100 g Sellerie
- 100 g Lauch
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Stange Zitronengras

ZUTATEN GEWÜRZMISCHUNG

- 1 Msp. gemahlene Koriander
 - 1 Msp. Chilipulver
 - 1 Msp. Ingwerpulver
 - 1 Kafir Limonenblatt
 - 1 TL Salz
 - 1 TL braunen Zucker
- (Am Vortag)**

ZUM VERFEINERN:

- 1 Hähnchenbrust
- 100 g Mie Nudeln
- 1 EL Sojasauce
- 4 Zweige frischen Koriander

1. Backpapier für 2 - 3 Einschübe für den Graef Dörrautomaten zuschneiden oder die Graef Silikonmatten nutzen.
2. Für das Brühpulver sämtliches Gemüse waschen, putzen und mit einer scharfen Reibe auf das Backpapier raspeln. Anschließend auf die Einschübe des Graef Dörrautomaten legen und ca. 4 ½ - 5 Stunden bei 70°C trocknen.
3. Für die Gewürzmischung sämtliche Zutaten in einem Mörser vermahlen. Sobald das geraspelte Gemüse getrocknet ist, mit der Gewürzmischung vermengen und luftdicht verschließen.
4. Das Brühpulver ist so 2-3 Wochen haltbar. Für eine einfache heiße Brühe, einfach das Brühpulver mit 1 L kochenden Wasser aufgießen und ca. 5 Minuten quellen lassen.
5. Für eine vollwertige Suppen Bowl, die Hähnchenbrust in hauchdünne Scheiben schneiden. Die Nudeln grob zerkleinern. Koriander von den Stielen zupfen. Das Brühpulver zu den vorbereiteten Zutaten geben, mit 1 Liter heißen Wasser übergießen und 5-8 Minuten ziehen lassen. Zum Schluss mit Sojasauce würzen.
6. „To Go“, sämtliche Zutaten in ein Einmachglas füllen und vor Ort mit heißem Wasser aufgießen.



4 Portionen



4 ½ - 5 Stunden



70°C



7 KRÄUTER SUPPE

FÜR DAS SELBSTGEMACHTE BRÜHPULVER:

- 1 kl. Möhre
- 1 kl. grüne Zucchini
- 1 kl. Fenchel
- 200 g Staudensellerie
- 2 rote Zwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- 80 g gemischte Kräuter
(z.B. Schnittlauch, Petersilie, Kresse, Kerbel, Borretsch, Pimpinelle, Sauerampfer)

FÜR DIE GEWÜRZMISCHUNG:

- 1 Msp. gemahlener Pfeffer
- 1 Msp. gemahlener Koriander
- 1 Msp. Cayenne Pfeffer
- 1 Lorbeerblatt
- 1 TL Salz
- 1 TL braunen Zucker

(Am Vortag)

ZUM VERFEINERN:

- Abrieb von 1 Bio Orange
- 4 EL Cous Cous
- 1 EL Sojasauce



4 ½ - 5 Stunden



4 Portionen



70°C

1. Backpapier für 2 - 3 Einschübe für den Graef Dörrautomaten zuschneiden oder die Graef Silikonmatten nutzen.
2. Für das Brühpulver sämtliches Gemüse waschen, putzen und mit einer scharfen Reibe auf das Backpapier raspeln. Kräuter je nach Beschaffenheit abzupfen und fein schneiden. Anschließend auf die Einschübe des Graef Dörrautomaten legen und ca. 4 ½ - 5 Stunden bei 70°C trocknen.
3. Für die Gewürzmischung sämtliche Zutaten in einem Mörser vermahlen. Sobald das geraspelte Gemüse und die Kräuter getrocknet sind, mit der Gewürzmischung vermengen und luftdicht verschließen.
4. Das Brühpulver ist so 2-3 Wochen haltbar. Für eine einfache heiße Brühe, einfach das Brühpulver mit 1 L kochenden Wasser aufgießen und ca. 5 Minuten quellen lassen.
5. Für eine vollwertige Suppen Bowl, das Brühpulver zum Orangenabrieb und Cous Cous geben, mit 1 Liter heißen Wasser übergießen und 5-8 Minuten ziehen lassen. Zum Schluss mit Sojasauce würzen.
6. „To Go“, sämtliche Zutaten in ein Einmachglas füllen und vor Ort mit heißem Wasser aufgießen.



GEMÜSE SUPPE

FÜR DAS SELBSTGEMACHTE BRÜHPULVER:

- 1 Möhre
- 1 kl. Kohlrabi
- 100 g braune Champions
- 100 g Blumenkohl
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe

ZUM VERFEINERN:

- 4 Zweige frische Blattpetersilie
- 200 g frisches geputztes Gemüse
(z.B. Romanesco, Blumenkohl, Brokkoli)
- 100 g Suppenudeln
- 1 EL Sojaauce

FÜR DIE GEWÜRZMISCHUNG:

- 1 Msp. gemahlene Piment
- 1 Msp. schwarz Kümmel
- 1 Msp. Paprikapulver
- 1 Lorbeerblatt
- 1 TL Salz
- 1 TL braunen Zucker

(Am Vortag)

1. Backpapier für 2 - 3 Einschübe für den Graef Dörrautomaten zuschneiden oder die Graef Silikonmatten nutzen.
2. Für das Brühpulver sämtliches Gemüse waschen (Pilze bürsten), putzen und mit einer scharfen Reibe auf das Backpapier raspeln. Anschließend auf die Einschübe des Graef Dörrautomaten legen und ca. 4 ½ - 5 Stunden bei 70°C trocknen.
3. Für die Gewürzmischung sämtliche Zutaten in einem Mörser vermahlen. Sobald das geraspelte Gemüse, Pilze getrocknet ist, mit der Gewürzmischung vermengen und luftdicht verschließen.
4. Das Brühpulver ist so 2-3 Wochen haltbar. Für eine einfache heiße Brühe, einfach das Brühpulver mit 1 L kochenden Wasser aufgießen und ca. 5 Minuten quellen lassen.
5. Für eine vollwertige Suppen Bowl, Petersilie von den Stielen zupfen. Das Brühpulver zu den vorbereiteten Zutaten geben, mit 1 Liter heißen Wasser übergießen und 5-8 Minuten ziehen lassen. Zum Schluss Sojasauce würzen.
6. „To Go“, sämtliche Zutaten in ein Einmachglas füllen und vor Ort mit heißem Wasser aufgießen.



4 Portionen



4 ½ - 5 Stunden



70°C



MEDITERRANE SUPPE

FÜR DAS SELBSTGEMACHTE BRÜHPULVER:

- 1 rote Paprika
- 1 kl. grüne Zucchini
- 1 kl. Fenchel
- 200 g Aubergine
- 2 rote Zwiebeln
- 1 Knoblauchzehe

FÜR DIE GEWÜRZMISCHUNG:

- 1 Msp. gemahlene Paprika
- 1 Msp. gemahlene Kreuzkümmel
- 1 Msp. gemahlene Chili
- 1 Lorbeerblatt
- 1 TL Salz
- 1 TL braunen Zucker

(Am Vortag)

ZUM VERFEINERN:

- 200 g Cocktailtomaten
- 50 g entsteinte schwarze & grüne Oliven
- 2 Zweige Thymian
- 2 Zweige Rosmarin
- 4 Zweige Oregano



4 ½ - 5 Stunden



4 Portionen



75°C

1. Backpapier für 2 - 3 Einschübe für den Graef Dörrautomaten zuschneiden oder die Graef Silikonmatten nutzen.
2. Für das Brühpulver Paprika vierteln, entkernen und die Haut abschälen. sämtliches Gemüse waschen putzen und mit einer scharfen Reibe auf das Backpapier raspeln. Auf die Einschübe des Graef Dörrautomaten legen und ca. 4 ½ - 5 Stunden bei 75°C trocknen.
3. Für die Gewürzmischung sämtliche Zutaten in einem Mörser vermahlen. Sobald das geraspelte Gemüse, getrocknet ist, mit der Gewürzmischung vermengen und luftdicht verschließen.
4. Das Brühpulver ist so 2-3 Wochen haltbar. Für eine einfache heiße Brühe, einfach das Brühpulver mit 1 L kochenden Wasser aufgießen und ca. 5 Minuten quellen lassen.
5. Für eine vollwertige Suppen Bowl, Cocktailtomaten vierteln. Oliven in feine Ringe schneiden. Kräuter von den Stielen zupfen und fein schneiden. Das Brühpulver zu den vorbereiteten Zutaten geben, mit 1 Liter heißen Wasser übergießen und 5-8 Minuten ziehen lassen.
6. „To Go“, sämtliche Zutaten in ein Einmachglas füllen und vor Ort mit heißem Wasser aufgießen.

GRAEF.



DELI 
KITCHEN.

The Graef
Dehydrator
RecipeBook

Table of contents

Apple chips with tonka bean.....	51
Oranges.....	51
Cranberry muesli bar with macadamia nuts.....	53
Orange ginger tea.....	55
Sweet potato chips.....	57
Beef jerky.....	59
Chicken treats.....	61
Mandarin coconut biscuits.....	63
Quinoa chocolate plates.....	65
Cranberry stars.....	67
Fruity gift ribbon.....	69
Asian soup.....	71
7 Herbs soup.....	73
Vegetable soup.....	75
Mediterranean soup.....	77

Graef online



GRAEF.DE



GRAEF.BLOG



FACEBOOK.COM/GRAEF.DE



INSTAGRAM.COM/GRAEF_ELEKTROKLEINGERAETE



YOUTUBE.COM/USER/GEBRGRAEF



Our ebook!



**Chips and fit.
Make vitamins
your natural snack.**

Complete dried enjoyment

Make vitamins your natural snack.

The first idea is often the best. And the oldest method of preserving food is also one of the best and healthiest: As early as 5,000 years ago the resourceful Mesopotamians hit on the idea of dehydrating fruit using the hot-dry desert air. Today, using state-of-the-art technology, the Graef dehydrator creates the dry climate necessary for dehydrating in every kitchen. Thanks to its size and long running time of up to 40 hours, the device dehydrates fruit, vegetables, meat, fish, nuts and much more in almost any amount you want. And, you can also make yogurt with it. All this and more is what makes the dehydrator the perfect kitchen aid for anyone who wants healthy nutrition and does not want to waste any food if possible.



The perfect SlicedKitchen companion

Delicious, convenient, easy and healthy

Everyone in the kitchen can take a leaf out of its book: Because the thinner you slice meat and vegetables, the more flavours they release and the more delicately they caress the palate. This begins with carpaccio, works for vegetable noodles, gratins or home-made jerky and does not stop with air dried ham. A whole range of dishes comprising chopped items is currently taking over Germany's kitchens. There is another reason for this, apart from the full taste: Food you slice yourself simply stays fresh for longer. A loaf of bread that is only cut on demand does not get dry as fast. Hard cheeses, sausage and ham also keep longer when kept unsliced rather than in slices, which dry out and lose their flavours after a few days. Due to the larger surface, flavours simply evaporate along with the moisture. And become significantly more vulnerable to bacteria. Cutting your food yourself is thus a sustainable contribution to preserving resources, food security and above all - to fresh tasting food.

As is customary in the SlicedKitchen, the food is cut into equally thin slices before it is dehydrated - ideally with the Graef universal cutter and the MiniSlice attachment for small ingredients. Because the thinner the slices, the better they release their flavours and the easier it is to dry them. Finely chopped kiwis, apples, bananas or citrus fruits, sweet potatoes, beetroot, tomatoes or - whatever you fancy - the dehydrator converts vitamins into natural snacks in just a few hours. Something to nibble maybe, for muesli or for muesli bars. Preparing fermented foods, like a healthy breakfast yoghurt with home-made muesli topped with fruit chips is another option, pureed fruit is transformed into delicious fruit roll-ups and turns crackers that have gone soft crunchy again. Meat that is best salted or marinated beforehand can be dehydrated just like fish and prepared into spicy jerkies. The device can even make snacks for the four-legged friends in the house. And anyone who harvests fruit, vegetables or herbs from their own garden, can easily preserve everything that is not eaten fresh.

You will find the right products on our internet site www.graef.de

Young Line



SKS 100 - series



SKS 110 - series



SKS 300 series

Family Line



Vivo series



Classic series



SKS 500 series

Chef's Line



Master series



SKS 800 series



SKS 900 series



MiniSlice attachment
(round version)



MiniSlice attachment
(square version)

Tips & Tricks

Soaking times

Ingredient	Soaking time
Walnuts	4 - 6 hours
Almonds	8 - 12 hours
Buckwheat	15 minutes
Pumpkin seeds	8 hours
Sunflower seeds	2 - 4 hours
Linseeds	2 - 3 hours
Chia seeds	2 - 3 hours

Preparing the foods

Depending on its nature, food to be dehydrated must be prepared in various ways before it can be dried. It is often advisable to cut the foods into slices of same thickness. The Graef Universal Cutter handles that task simply and fast and at the same time, conjures thin slices that shorten the dehydration and increase the output.

Herbs and spices should be dehydrated on the stalk, at a lower temperature of between 35 and 46°C to preserve their colours and flavours. Beforehand however, it is important to wash the herbs and spices thoroughly and to dab them dry afterwards.

Raw nuts or kernels should be soaked before the dehydrating process. In this way they will be easier to digest and the nutrients will be preserved. Finally, make sure that the nutrients to be dehydrated are completely dry.

Fruit and vegetables should be thoroughly washed before dehydrating and peeled and cut into thin slices, then. It is recommended to steam or blanch root vegetables for 3 to 4 minutes beforehand first. Small varieties of fruit such as grapes or berries can also be dehydrated in whole. Simply squeeze some lemon juice over the slices of fruit to prevent them from oxidising and going brown!

Lean meat is particularly suitable for making jerkies as fatty meat can spoil easily. In order to slice the meat evenly, it is best to freeze it briefly beforehand. This makes the meat firmer and it can be sliced without difficulty. The meat should be salted or mari-

nated before the dehydrating process to ensure the maximum shelf life. Fish and poultry must be fresh, otherwise there is a risk of the food spoiling even before the end of the drying process. There is a simple test to find out if the jerkies are completely dried after being dehydrated: The meat snacks should crack but not break when bent!

The temperature setting is especially important for the dehydrated result. If the temperature is too high, the food will be dry on the outside, but often will still be soft on the inside. If, on the other hand, the temperature is set too low, the drying process will take longer, consume unnecessary power and the food can spoil more easily.

Factors influencing the dehydrating time

The dehydrating time of the food depends on different factors. For one, it is influenced by the atmospheric humidity. Higher atmospheric humidity leads to a longer dehydrating time regardless of the air temperature. The nature of the foods themselves, for instance their water or sugar content or ripeness, also causes variations in the drying time. Nonetheless, food that is sliced of even size and not too thick, will help to achieve the best dehydrating result. Thin slices and pre-cooked food result in a shorter drying time. The kind of preparation you do beforehand is therefore another significant influencing factor. It is also important that the food is sufficiently spaced out on the trays. With a proper quantity of items to be dried only, the air can circulate optimally and the food gets evenly and completely dehydrated.

Storage

Storing the dehydrated items also depends largely on their condition. If the food has a low fat content, it is best stored in airtight containers in a dry, cool and dark place. It is important that the containers can be hermetically sealed. The dried foods can also be packed in ziplock bags, which can then be stored in tin cans for instance. Dehydrated goods with a high fat content, such as nuts or tomatoes, are best stored in airtight containers in the fridge or freezer. If condensation forms in your container all of a sudden, this is a sign that the foods are not sufficiently dried yet. You can then return the food to the dehydrator and continue to dehydrate it until it is completely dried out. You must be particularly careful to store herbs and spices in a dark place to preserve their colour and flavour.

Use

The dehydrated foods help you achieving a healthy and balanced diet without too much effort and can easily become part of your daily routine. Whether it's as fruit snacks, vegetable crackers or raw food. True to the saying: **Chips and fit. Make vitamins your natural snack.**

But you can just as easily restore the dehydrated food back to their original state. By adding liquid in a variety of ways, the dehydrated goods return to their original size and consistency. One way is to soak the dehydrated food for 1 to 2 hours by quite simply covering it with water in a shallow container. Another way is to steam the dried food until it has absorbed enough liquid. To rehydrate vegetables or fruit, simply pour a ¼ litre of boiling water over a cup of the dehydrated food. After 5 to 20 minutes the food is reconstituted again. You can equally add the dried ingredients directly to the dish and leave to cook for 1 to 15 minutes.





APPLE CHIPS WITH TONKA BEAN

The appropriate quantity of apples and tonka bean for your dehydrator

The apple chips are perfect as snack in the muesli or dessert.

1. Thoroughly wash and dry the apples.
2. Remove the core with an apple corer.
3. Slice the apples into 2 mm thick slices with the universal cutter.
4. Put the apple slices into a dish. Grate the tonka beans over the apple slices with a nutmeg grater and mix them in, then. Add tonka bean very sparingly.
5. Put the slices onto the trays - not too close so that the air can circulate unrestrictedly.
6. Dehydrate for 7 to 15 hours at 55°C. The apple chips should be dry and flexible.

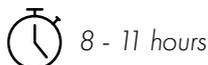


ORANGES

The appropriate quantity of oranges for your dehydrator

Dehydrated oranges are perfect for mueslis, also as decoration for drinks or desserts, as fragrance potpourri or as Christmas decoration in the Advent wreath.

1. Cut the oranges into 5 mm thick slices with the Graef universal cutter and let them drain on a colander.
2. Put a silicon mat or baking paper on the trays.
3. Then put the orange slices onto the trays - not too close so that the air has room to circulate unrestrictedly.
4. Dehydrate for 8 to 11 hours at 60°C. The dehydrated apple chips should be dry and flexible.





CRANBERRY MUESLI BAR

WITH MACADAMIA NUTS

INGREDIENTS:

150 g macadamia nuts
 200 g soft cranberries
 (alternatively dehydrated)
 200 g coconut flakes
 40 g amaranth
 60 g puffed amaranth
 70 g sunflower seeds
 70 g crisp oat flakes
 4 tablespoon biological coconut fat
 100 g white chocolate
 8 tablespoon of thick agave juice
 200 ml almond milk

1. Coarsely chop macadamia nuts. Cut soft cranberries in half. Then pour the prepared mass together with coconut flakes, amaranth, cores and oat flakes into the Graef crusher and close the cover.
2. After that crush with the attachment of the hand blender for about 1 minute at speed 2.
3. Melt the fat and chop the chocolate. Solve the chocolate in fat and add thick agave juice. Finally, add the almond milk, re-heat and pour the thick juice into the cereals.
4. After that crush at speed 2 for about 1 minute.
5. Cut baking paper to the size of the dehydration trays. Split the mass on two trays and spread it rectangularly and as thick as a finger. While doing so, exert gentle pressure.
6. Then dry in the Graef dehydrator for about 3½ hours at 90°C. After approximately 1 hour cut the warm mass into bars and let them cool.



about 16 bars
(3 cm x 12 cm)



about 3½ hours



90 °C



ORANGE GINGER TEA

INGREDIENTS:

40 g ginger
20 g orange
20 g lemon grass
15 g lemon
5 g long pepper

1. Thoroughly wash the ginger, orange, lemon grass and lemon.
2. Remove the lemon grass stalk.
3. Cut the oranges, lemons and ginger into 5 mm thick slices with the Graef universal cutter and then let the orange as well as lemon slices drain on a colander.
4. Put a silicon mat or baking paper on the trays.
5. Spread the ingredients onto the trays - not too close, so that the air has room to circulate unrestrictedly.
6. Dehydrate for 8 to 14 hours at 55°C.
7. The orange and lemon slices are finished earlier than the ginger.
8. After dehydrating, put all ingredients in the Graef chopper to get them chopped.
9. Then put the prepared tea into an airtight container.
10. Put 1 - 2 teaspoons into a tea strainer and pour the tea with boiling water.
11. Allow the tea to stand approx. 5 minutes.



about 20 portions



8 - 14 hours



55 °C



SWEET POTATO CHIPS

INGREDIENTS:

2 large sweet potatoes

2 tablespoons olive oil

½ teaspoon salt

Spices at choice, for example: Paprika powder, cayenne pepper, garlic powder, potato chips spice, oregano, rosemary etc.

A healthy and tasteful alternative to traditional potato chips!

1. Wash or peel the sweet potatoes and cut them into 2 - 3 mm thick slices with the Graef universal cutter.
2. Prepare a large bowl with lukewarm water and let the sweet potatoes slices soak for about 2 hours. to extract the starch from the potatoes and to facility drying.
3. Put the slices along with all the other ingredients into a large bowl and mix until the slices are evenly coated with oil and spices.
4. Put silicon mats or baking paper on the trays.
5. Arrange the slices on the tray leaving small gaps.
6. Dehydrate for 7 to 13 hours at 50°C. The chips should be crunchy and crispy when ready.



variable



7 - 13 hours



50 °C



BEEF JERKY

INGREDIENTS:

- 1 kilogram lean beef
- 150 ml Worcester sauce
- 200 ml soya sauce
- 1 tablespoon onion-garlic powder
- 1/2 teaspoon salt
- 1/5 teaspoon pepper
- 3 tablespoon ketchup

This basic recipe can be extended as desired, for example with a dash of tabasco, onions, rosemary, sage, chilli or thyme.

TIP: Freeze the beef for about 1 hour before cutting to facilitate cutting with the universal cutter.

1. Remove all visible fat and cut the beef in the direction of the fibre into 2.5 cm wide and 5 mm thick strips with the Graef universal cutter.
2. Put all ingredients for the marinade in a large bowl and mix them thoroughly in.
3. Add the beef strips to the marinade and evenly coat the beef with the marinade. Seal the bowl with cling film and marinate the beef in the refrigerator for 1 to 2 hours.
4. Then take the beef strips out of the bowl and put them on the trays - not too close so that the air has room to circulate unrestrictedly.
5. Dehydrate for 6 to 10 hours at 65°C. The dehydrated beef should feel dry when ready and when you bend it, it should crack but not break.
6. Store at room temperature in an airtight container.



10 - 12 portions



6 - 10 hours



65 °C



CHICKEN TREATS

The appropriate amount of chicken meat for your dehydrator

Your pet dog or cat will love you for these treats.

1. Cut the chicken meat into 5 mm wide strips.
2. Put onto the trays - not too close, so that the air has room to circulate unrestrictedly.
3. Dehydrate for 6 to 8 hours at 65°C until the meat is completely dry.
4. Store at room temperature in an airtight container.





MANDARIN COCONUT

BISCUITS

INGREDIENTS:

- 1 mandarin
- Icing sugar for powdering
- 250 g banana fruit flesh (ca. 2 pieces)
- 100 g peanuts
- 150 g pitted apricots
- 80 g spelt flakes
- 110 g buckwheat flour
- ½ teaspoon gingery spice
- 50 g bitter coating
- 3-4 tablespoon coconut flakes

Rinse the mandarin under running water, dab and freeze the mandarin. As soon as the mandarin has frozen, cut the fruit in very thin slices at speed 0.5. with the Graef universal cutter. Line the gratings of the Graef dehydrator with baking paper. Arrange the slices on 2 gratings, powder with icing sugar and dehydrate at 65°C about 8 hours.

1. Cut in small pieces the fruit flesh for the biscuits. Finely grind peanuts and apricots with the Graef crusher. Add fruit flesh, flakes, flour and spices to get them mixed to create a semi-solid mass. Then shape 3 cm large biscuits with humid your hands. Line the gratings of the Graef dehydrator with baking paper. Arrange the biscuits on 2 gratings and dry about 8 hours at 45°C.
2. 2 hours before dehydration has finished, put 1 mandarin slice each on a biscuit as desired.
3. Melt the coat. When the biscuits are finished, dip them into the coat up to half and roll them in icing sugar.



about 30 biscuits



approx. 8 hours



45 - 65 °C

DE



QUINOA CHOCOLATE PLATES

INGREDIENTS:

320 g pitted dates

350 g cooked quinoa

1 tablespoon unsweetened cacao

Grated skin and juice of ½ biological lemon

1 pinch cinnamon powder

100 g icing sugar

½ white of an egg

Few golden pearls

1. Finely chop dates for the chocolate plates with the Graef crusher. Add the remaining ingredients and mix them to create a creamy mass. Line the gratings of the Graef dehydrator with baking paper. Arrange the biscuits on 2 gratings and coarsely pre-stamp the plate size 3 x 4 cm with a knife. Then dehydrate about 8 hours at 70°C.
2. Short-time before the end of dehydrating mix the white of an egg with icing sugar and fill the mass into a piping bag. Now finally cut the mass to shape the plates and garnish with icing and golden pearls as desired.



2 - 3 layers



about 8 hours



70 °C

GRAEF.



CRANBERRY STARS

INGREDIENTS:

300 g fruit muesli
50 g sunflower seeds
50 g soft cranberries
50 g chopped nuts
(hazelnuts, pecans, walnut etc.)
100 g flour, type 405
150 g apple puree
100 g honey
Grated lemon
Icing sugar for powdering
Golden stars to garnish

1. Mix all the ingredients for the cranberry stars. Dip a star biscuit cutter about 3-4 cm in water, press 1 tablespoon of mass into the cutter and cautiously press it out from the star cutter, then. Line the gratings of the Graef dehydrator with baking paper. Arrange the stars on 2 gratings and dry for about 8 hours at 50°C.
2. For decorating, powder with icing sugar and garnish with golden stars.



about 40 stars



about 8 hours



50 °C



FRUITY GIFT RIBBON

FOR THE RED RIBBON:

250 g deep-frozen, defrosted raspberries
 250 g apples, (recommended: Pinova apples)
 2 tablespoon of thick agave juice
 1 pinch cinnamon powder

FOR THE GREEN RIBBON:

250 g kiwis
 250 g apples, (recommended: Pinova apples)
 5 g removed mint leaves
 2 tablespoon blossom and flower honey
 1 pinch ground coriander

FOR THE PURPLE RIBBON:

250 g deep-frozen, defrosted blueberries
 250 g apples, (recommended: Pinova apples)
 2 tablespoon maple syrup
 Pulp from ½ vanilla stalks

1. As for the red ribbon, put the raspberries including the drained juice into the Graef hand blender. Peel and quarter the apples, remove the core and coarsely cut them in cubes. Add apple cubes, thick agave juice, cinnamon powder to the raspberries to create a creamy puree taking short intervals. Then press the puree through a coarse sieve.
2. As for the green ribbon, peel and quarter the kiwis and put them into the Graef hand blender. Peel and quarter the apples, remove the core and coarsely cut them in cubes. Add apple cubes, mint, blossom and flower honey as well as coriander to the kiwis to create a creamy puree taking short intervals. Then press the puree through a coarse sieve.
3. As for the purple ribbon, put the blueberries including the drained water into the Graef hand blender. Peel and quarter the apples, remove the core and coarsely cut them in cubes. Add apple cubes, maple syrup and vanilla pulp to the blueberries to create a creamy puree taking short intervals. Then press the puree through a coarse sieve.
4. Line the gratings of the Graef dehydrator with baking paper or silicon mats, spread the puree on gratings and dehydrate for about 3 hours at 70°C. Then cut the fruit leather in narrow stripes, loosen them from the baking paper and roll them in.



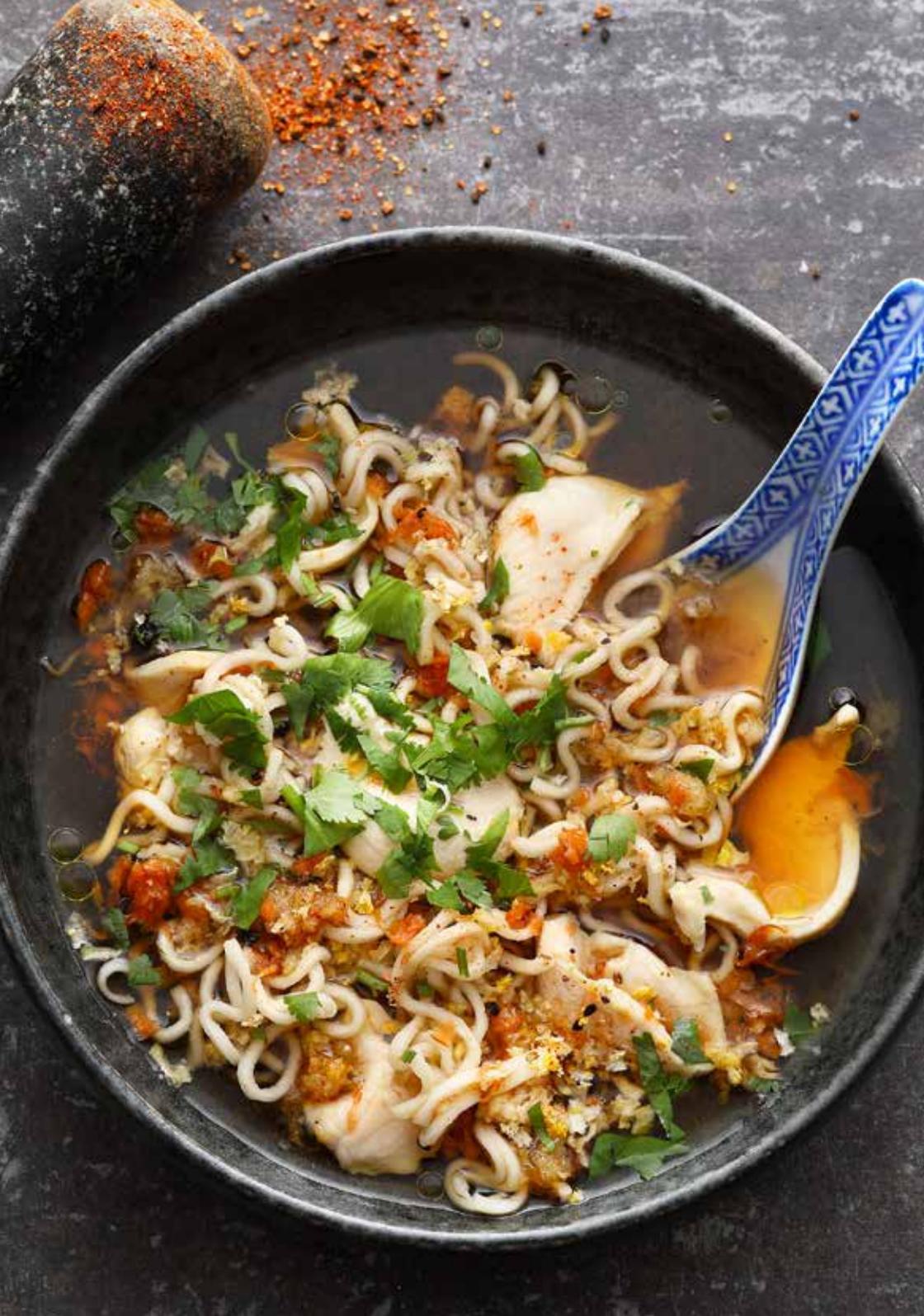
about 2 - 3 layers



about 3 hours



70 °C



ASIAN SOUP

INGREDIENTS FOR BROTH POWDER

- 1 carrot
- 1 small-sized fennel
- 100 g celery
- 100 g leek
- 1 onion
- 1 clove of garlic
- 1 stalk lemon grass

FOR ROUNDING OFF:

- 1 chicken breast
- 100 g mie noodles
- 1 tablespoon soya sauce
- 4 fresh coriander sprigs

INGREDIENTS FOR MIXED SPICES

- 1 pinch ground coriander
- 1 pinch chili powder
- 1 pinch ginger powder
- 1 kaffir lemon leaf
- 1 teaspoon salt
- 1 teaspoon brown sugar

(The day before)

1. Cut to size baking paper for 2 - 3 slots for the Graef dehydrator or use silicon mats.
2. As for the broth powder wash and clean all vegetables and grate them onto the baking paper with a sharp grater. Then put them on the slots of the Graef dehydrator and dry for about 4½ - 5 hours at 70°C.
3. For the mixed spices, grind all ingredients in a mortar. As soon as the grated vegetable has dried, mix them with the mixed spices and close hermetically.
4. In this way, the broth powder can be kept for 2 - 3 weeks. To prepare a simple hot broth, pour 1 litre of boiling water on the broth powder and let it swell for about 5 minutes.
5. As for a wholesome soup bowl cut the chicken breast in wafer-thin slices. Coarsely chop the noodles. Remove coriander from the stalks. Add the broth powder to the prepared ingredients, pour 1 litre hot water and let it stand for 5 - 8 minutes. Finally spice with soya sauce.
6. As for „To Go“, fill all ingredients into a jar and pour hot water on-site.



4 portions



4 ½ - 5 hours



70 °C



7 HERBS SOUP

FOR SELF-MADE BROTH POWDER:

- 1 small carrot
 - 1 small green zucchini
 - 1 small-sized fennel
 - 200 g celery
 - 2 red onions
 - 1 clove of garlic
 - 80 g mixed herbs
- (For ex. chives, parsley, cress, chervil, borage, pimpernel, sorrel)

FOR THE MIXED SPICES:

- 1 pinch ground pepper
- 1 pinch ground coriander
- 1 pinch cayenne pepper
- 1 bay leaf
- 1 teaspoon salt
- 1 teaspoon brown sugar

(The day before)

FOR ROUNDING OFF:

- 1 grated biological orange
- 4 tablespoon cous cous
- 1 tablespoon soya sauce



4 ½ - 5 hours



4 portions



70 °C

1. Cut to size baking paper for 2 - 3 slots for the Graef dehydrator or use silicon mats.
2. As for the broth powder wash and clean all vegetables and grate them onto the baking paper with a sharp grater. Remove and finely chop herbs depending on properties and condition. Then put them on the slots of the Graef dehydrator and dry for about 4½ - 5 hours at 70°C.
3. For the mixed spices, grind all ingredients in a mortar. As soon as the grated vegetables and the herbs have dried, mix them with the mixed spices and close hermetically.
4. In this way, the broth powder can be kept for 2 - 3 weeks. To prepare a simple hot broth, pour 1 litre of boiling water on the broth powder and let it swell for about 5 minutes.
5. For a wholesome soup bowl, add the broth powder to the grated orange and cous cous, pour 1 litre of hot water and let it stand for 5 - 8 minutes. Finally spice with soya sauce.
6. As for „To Go“, fill all ingredients into a jar and pour hot water on-site.



VEGETABLE SOUP

FOR SELF-MADE BROTH POWDER:

- 1 carrot
- 1 small-sized kohlrabi
- 100 g brown champions
- 100 g cauliflower
- 1 onion
- 1 clove of garlic

FOR ROUNDING OFF:

- 4 fresh leaf parsley sprigs
- 200 g cleaned fresh vegetables
(For ex. romanesco, cauliflower, broccoli)
- 100 g soup noodles
- 1 tablespoon soya sauce

FOR THE MIXED SPICES:

- 1 pinch ground allspice
- 1 pinch black cumin
- 1 pinch paprika powder
- 1 bay leaf
- 1 teaspoon salt
- 1 teaspoon brown sugar

(The day before)

1. Cut to size baking paper for 2 - 3 slots for the Graef dehydrator or use silicon mats.
2. As for the broth powder, wash and clean all vegetables (brush the mushrooms) and grate them onto the baking paper with a sharp grater. Then put them on the slots of the Graef dehydrator and dry for about 4½ - 5 hours at 70°C.
3. For the mixed spices, grind all ingredients in a mortar. As soon as the grated vegetables and mushrooms have dried, mix them with the mixed spices and close hermetically.
4. In this way, the broth powder can be kept for 2 - 3 weeks. To prepare a simple hot broth, pour 1 litre of boiling water on the broth powder and let it swell for about 5 minutes.
5. For a wholesome soup bowl remove parsley from the stalks. Add the broth powder to the prepared ingredients, pour 1 litre hot water and let it stand for 5 - 8 minutes. Finally spice with soya sauce.
6. As for „To Go“, fill all ingredients into a jar and pour hot water on-site.



4 portions



4 ½ - 5 hours



70 °C



MEDITERRANEAN SOUP

FOR SELF-MADE BROTH POWDER:

- 1 red paprika
- 1 small green zucchini
- 1 small-sized fennel
- 200 g aubergine
- 2 red onions
- 1 clove of garlic

FOR ROUNDING OFF:

- 200 g cocktail tomatoes
- 50 g pitted black & green olives
- 2 thyme sprigs
- 2 rosemary sprigs
- 4 oregano sprigs

FOR THE MIXED SPICES:

- 1 pinch ground paprika
- 1 pinch ground cumin
- 1 pinch ground chili
- 1 bay leaf
- 1 teaspoon salt
- 1 teaspoon brown sugar

(The day before)



4 ½ - 5 hours



4 portions



75 °C

1. Cut to size baking paper for 2 - 3 slots for the Graef dehydrator or use silicon mats.
2. As for the broth powder, quarter paprika, wash and peel the skin, clean all vegetables and grate them onto the baking paper with a sharp grater. Then put them on the slots of the Graef dehydrator and dry for about 4½ - 5 hours at 75°C.
3. For the mixed spices, grind all ingredients in a mortar. As soon as the grated vegetable has dried, mix it with the mixed spices and close hermetically.
4. In this way, the broth powder can be kept for 2 - 3 weeks. To prepare a simple hot broth, pour 1 litre of boiling water on the broth powder and let it swell for about 5 minutes.
5. For a wholesome soup bowl quarter the cocktail tomatoes. Cut the olives in fine rings. Remove herbs from the stalks and finely chop them. Add the broth powder to the prepared ingredients, pour 1 litre hot water and let it stand for 5 - 8 minutes.
6. As for „To Go“, fill all ingredients into a jar and pour hot water on-site.



Seit 1920

Gebr. Graef GmbH & Co. KG
Donnerfeld 6
59757 Arnsberg

Tel. 0 29 32 / 97 03 - 0
Fax 0 29 32 / 97 03 - 90

Email: info@graef.de
www.graef.de