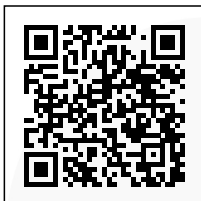


Secagem de frutas: seque frutas no terreiro, coma frutas o ano inteiro
ASCAR.

Folheto / [entre 1961 e 1965]

Cód. Acervo: 12683

© Emater/RS-Ascar



Disponível em: <http://hdl.handle.net/20.500.12287/12683>

Documento gerado em: 07/11/2018 17:37

O Repositório Institucional (RI) da Extensão Rural Gaúcha é uma realização da Biblioteca Bento Pires Dias, da Emater/RS-Ascar, em parceria com o Centro de Documentação e Acervo Digital da Pesquisa da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (CEDAP/UFRGS) que teve início em 2017 e objetiva a preservação digital, aplicando metodologias específicas, das coleções de documentos publicados pela Emater/RS- Ascar.

Os documentos remontam ao início dos trabalhos de extensão rural no Rio Grande do Sul, a partir da década de 1950. Portanto, salienta-se que estes podem apresentar informações e/ou técnicas desatualizadas ou obsoletas.

1. Os documentos disponibilizados neste RI são provenientes da coleção documental da Biblioteca Eng. Agr. Bento Pires Dias, custodiadora dos acervos institucionais da Emater/RS-Ascar. Sua utilização se enquadra nos termos da Lei de Direito Autoral, nº 9.610, de 19 de fevereiro de 1998.
2. É vetada a reprodução ou reutilização dos documentos disponibilizados neste RI, protegidos por direitos autorais, salvo para uso particular desde que mencionada a fonte, ou com autorização prévia da Emater/RS-Ascar, nos termos da Lei de Direito Autoral, nº 9.610, de 19 de fevereiro de 1998.
3. O usuário deste RI se compromete a respeitar as presentes condições de uso, bem como a legislação em vigor, especialmente em matéria de direitos autorais. O descumprimento dessas disposições implica na aplicação das sanções e penas cabíveis previstas na Lei de Direito Autoral, nº 9.610, de 19 de fevereiro de 1998 e no Código Penal Brasileiro.

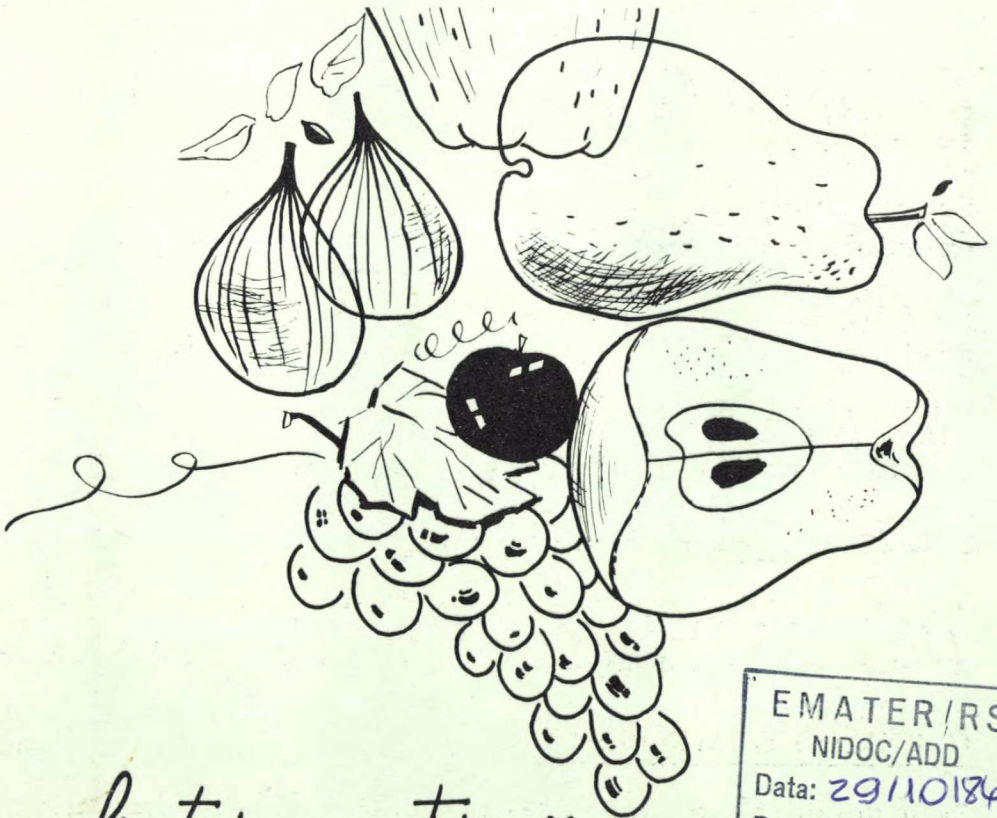
Para outras informações entre em contato com a Biblioteca da Emater/RS-Ascar - E-mail: biblioteca@emater.tche.br

série:

alimentação



SECAGEM DE FRUTAS



EMATER/RS
NIDOC/ADD
Data: 29/10/84
De n.º 1866

*Seque frutas no terreiro,
coma frutas o ano inteiro!*



SEQUE FRUTAS E COMA-AS O ANO INTEIRO

Aproveite a produção de seu pomar! Não deixe que suas frutas se estraguem na árvore!

Seque frutas na época da fartura e a senhora terá frutas na época da escassez!

As frutas sêcas são muito gostosas e nutritivas e servem para enriquecer nossas refeições.

Secar frutas não é difícil. A senhora pode usar o seu equipamento de cozinha, e fazer em casa alguns utensílios.

O QUE É SECAGEM DE FRUTAS?

A secagem é um modo de retirar a água das frutas, não deixando que elas se estraguem e conservando seu valor nutritivo.

O TEMPO É IMPORTANTE

Se a senhora vai secar frutas, veja o tempo que faz. Escolha dias bem quentes e com bastante sol para as frutas secarem mais ligeiro

A LIMPEZA É MUITO IMPORTANTE

Tenha muito asseio em cada passo da secagem de frutas. A sujeira tem micróbio que causam muitas doenças. As m^osca^s carregam micróbios nas patas e contaminam os alimentos. Proteja os alimentos contra as m^osca^s.

Cuidados com as frutas:

- Colha as frutas em vasilhas limpas.
- Lave as mãos antes de pegar as frutas.
- Lave bem as frutas em água limpa.
- Cubra as frutas que estão secando com um pano ralinho muito limpo.
- Lave esse pano de vez em quando.
- Quando as frutas estiverem secando, coloque os tabuleiros longe da poeira, dos insetos e dos animais.
- Nunca ponha as frutas no chão para secar.
- Guarde as frutas s^ecas em vasilhas fechadas.
- Lave os tabuleiros e os panos que usar.



COMO SECAR FRUTAS

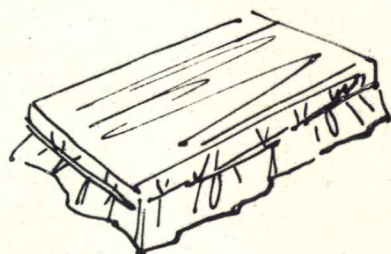
Utensílios necessários:

- 1 bacia para lavar as frutas
- 1 tábua de carne onde cortas as frutas
- 1 faca inoxidável para descascar e cortar as frutas
- utensílios para defumar com enxôfre:
 - a) Caixa para cobrir os tabuleiros
 - b) vasilha onde queimar o enxôfre
- tabuleiros onde espalhar as frutas
- panos de tecido ralo para cobrir os tabuleiros

Modo de fazer:

1. Escolha frutas frescas, maduras e sãs.
2. Lave-as tantas vêzes quantas forem necessárias.
3. Descasque-as, se fôr preciso.
4. Corte-as em fatias bem finas.
5. Defume-as com enxôfre, se fôr necessário. Veja na página 5 a tabela das frutas, para saber quais são as que precisam de enxôfre.

6. Coloque as frutas sôbre os tabuleiros. Não esqueça de que as frutas que estão secando precisam de muita ventilação para secarem bem.



7. Cubra as frutas com um pano ralo, bem limpo, prendendo bem dos lados.
8. Coloque os tabuleiros ao sol. É bom colocar um calço num dos lados, para que o tabuleiro fique meio levantado e receba mais sol.
9. Vire as frutas de vez em quando para apressar a secagem.
10. Seque as frutas até ficarem no ponto. Aperte na mão um punhadinho delas. Se as mãos ficarem bem sêcas, então as frutas estão prontas.
11. Guarde as frutas sêcas em vasilhas fechadas para não entrar poeira e umidade.

TABELA PARA SECAGEM DE FRUTAS

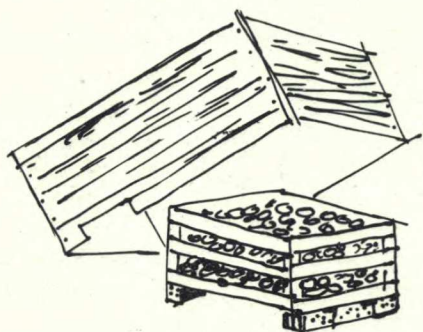
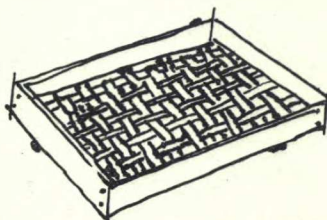
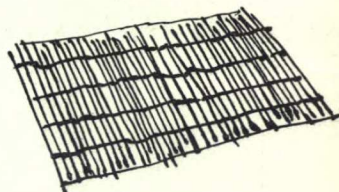
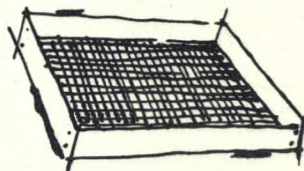
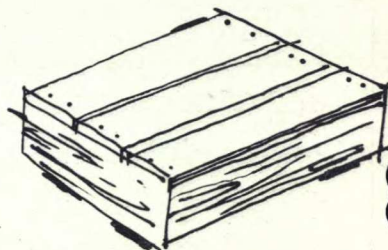
FRUTAS	SELEÇÃO E PREPARO	TRATAMENTO	TEMPO PARA DEFUMAR	ASPECTO DA FRUTA NO PONTO
MAÇÃ	Lave, descasque e corte em fatias de meio centímetro.	Enxôfre	60 minutos	Elástico
MARMELO				
PÊRA	Lave, descasque, corte, retire o centro.	Enxôfre	60 a 90 minutos	Elástico
PÊSSEGO	Lave e descasque.	Enxôfre	20 a 30 minutos	Flexível, mas não macio
AMEIXA	Lave, descasque se quiser. As ameixas firmes são melhores que as suculentas.	Enxôfre	20 a 30 minutos	Elástico
FIGO	Mergulhe em água fervente 1 minuto. Descasque, corte ao meio os grandes.	Nenhum	-	Brilhante, um pouco pegajoso.
UVA	Descasque os bagos do cacho. Mergulhe em água quente até a casca rachar.	Nenhum	-	Flexível, marron escuro.

COMO DEFUMAR COM ENXÔFRE

É preciso defumar algumas frutas com enxôfre, para que elas não percam a cor e o gosto, não azedem nem mofem.

Material e equipamento necessários:

- fôrmas ou tabuleiros. A senhora pode fazer seus tabuleiros com tábuas, ou armação de sarrafos e fundo de tela de arame, esteira, embira ou tiras de couro.
- caixa de papelão ou madeira, bastante grande para cobrir os tabuleiros e a vasilha de enxôfre. Deve ter, na beirada, uma abertura de 3 por 15 centímetros.
- 1 caco de têsha ou pires onde queimar o enxôfre.
- para cada meio quilo de frutas frescas, use uma colher de chá de enxôfre.
- um pedaço de papel para enrolar o enxôfre, bem frouxo, como se fosse uma bala.
- fósforos.
- suportes para levantar os tabuleiros.



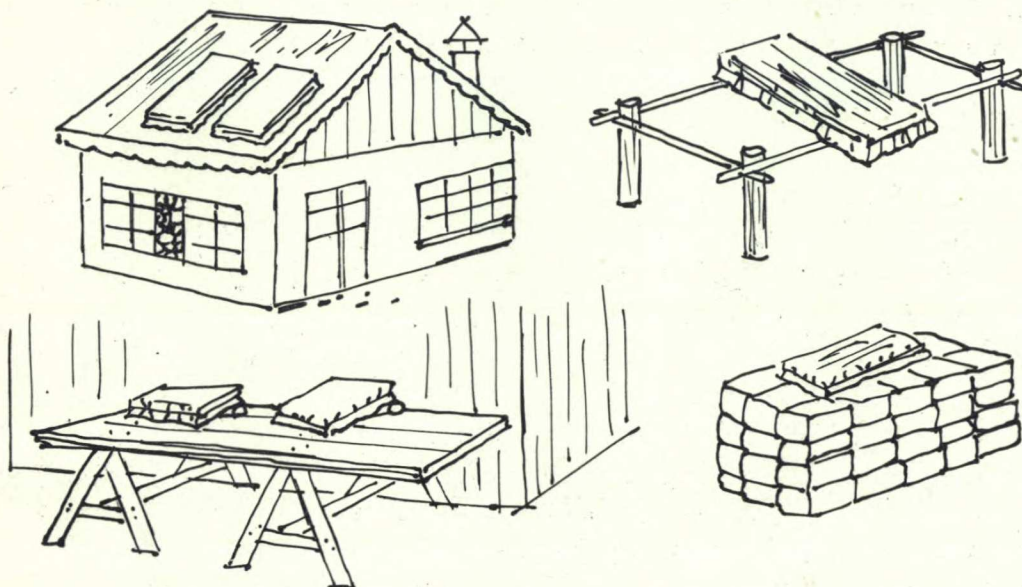
Defumação:

1. Coloque as frutas nos tabuleiros.
2. Ponha os tabuleiros um em cima do outro, separados por sarrafos de 4 centímetros, a fim de dar espaço para a fumaça passar.
3. Coloque a vasilha com o enxôfre embrulhado ao lado dos tabuleiros e acenda fogo no papel que embrulha o enxôfre.

4. Cubra os tabuleiros com a caixa.
5. Depois que o enxôfre estiver queimando bem, tampe a abertura da caixa.
6. Consulte a tabela da página 3, para ver quanto tempo leva a defumação de cada fruta.
7. Retire a caixa e cubra os tabuleiros com um pano limpo de tecido ralo e leve ao sol para secar.
8. Levante com um calço um dos lados do tabuleiro para que ele tome mais sol.
9. Ponha os tabuleiros fora do alcance dos animais.

ONDE SECAR AS FRUTAS

1. No telhado da casa.
2. Numa mesa ao lado da casa.
3. Numa plataforma de um metro de altura, feita de:
 - a) sarrafos ou bambu;
 - b) torrões, tijolos ou pedras.

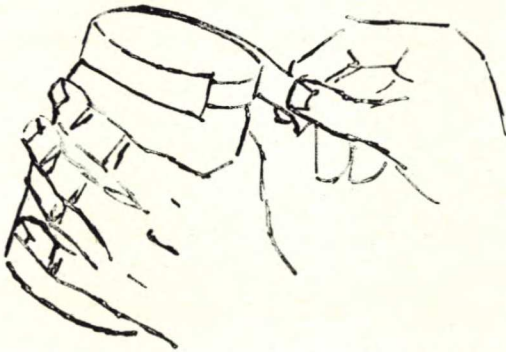
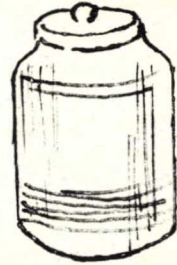


ONDE GUARDAR AS FRUTAS SÊCAS

As frutas devem ser guardadas em vasilhas fechadas, livres de poeira, insetos e umidades.

A senhora pode usar:

- potes de barro com tampa
- latas com tampa
- vidros de conserva
- saquinhos de matéria plástica



COMO COZINHAR AS FRUTAS SÊCAS

As frutas sêcas devem ser cozinhadas antes de serem comidas, servindo para diversos pratos gostosos e nutritivos.

Modo de fazer:

1. Deixe as frutas de mólho em água fria de meia a duas horas. Querendo frutas mais macias, deixe de duas a seis horas. Não esqueça de tampar a vasilha onde as frutas ficarem de mólho
2. Cozinhe as frutas na mesma água em que ficaram de mólho.
3. Quando as frutas estiverem quase cozidas, acrescente o açúcar e uma pitadinha de sal para acentuar o gosto das frutas. Use $1/4$ de xícara de açúcar para 1 xícara de frutas sêcas. As frutas sêcas precisam de menos açúcar que as frescas, porque são mais doces.
4. Se quiser que as frutas sêcas tenham o sabor de frescas, acrescente um pouco de suco de limão ou laranja.

ALGUMAS SUGESTÕES PARA USO DAS FRUTAS SÊCAS

- em cucas. Cozinhe as frutas com açúcar antes de colocá-las na massa da cuca.
- em bolos. Cozinhe as frutas com açúcar e enrole-as em farinha de trigo antes de colocá-las na massa do bôlo.
- em calda. Faça uma calda com a água em que as frutas ficaram de mólho, açúcar, canela em rama, cravo e cozinhe as frutas nela. Querendo, engrosse com maizena, aveia, arroz, ou clês.
- como recheio para bolos em camadas. Cozinhe as frutas com açúcar e faça uma pasta que dê para rechear. Querendo, engrosse com farinha de trigo, maizena ou ovos.

"Receitas com frutas sêcas"

MARMELO COM SAGU

Ingredientes:

- 1 xícara de marmelo sêco
- 1 litro de água
- 2 cravos da índia
- 1/2 xícara de açúcar
- 1/2 xícara de sagu

Modo de fazer:

1. Coloque o marmelo de mólho em água fria, durante 2 horas.
2. Ferva o marmelo com a água e os cravos até amaciar.
3. Coloque o sagu e deixe ferver uns 15 minutos.
4. Por último, acrescente o açúcar e deixe cozinhar até que o sagu fique bem cozido.
5. Sirva frio.

PUDIM DE ARROZ COM PÊRAS SÊCAS

Ingredientes:

1 xícara de arroz
2 xícaras de água
1 litro de leite
1 colher de chá de sal
1 xícara de açúcar
1 xícara de pêras sêcas
1 pedaço de casca de limão
manteiga para untar a fôrma

Modo de fazer:

1. Cozinhe o arroz com água durante 10 minutos.
2. Junte todos os outros ingredientes ao arroz.
3. Cozinhe durante uma hora, mexendo de vez em quando.
5. Leve ao forno durante 20 minutos.

TORTA DE PÊSSEGOS

Massa:

1 1/2 xícara de farinha de trigo peneirada
1/2 colher de chá de sal
4 a 5 colheres de sopa de água

Ingredientes:

1 xícara de pêssegos secos
1/4 xícara de açúcar
água para cobrir
1 1/2 xícara de leite
1/2 xícara de açúcar
2 colheres de sopa de maizena
2 gemas

Cobertura:

2 claras
2 colheres de sopa de açúcar
1 colher de chá de suco de limão

Modo de fazer a massa:

1. Coloque numa vasilha a farinha, o sal e a gordura.
2. Com duas facas corte a gordura dentro da farinha até que os pedacinhos fiquem do tamanho de uma ervilha.
3. Junte a água aos poucos e misture ligeiramente até que a massa fique um pouco ligada.
4. Cubra com um pano e deixe descansar por uns 10 minutos em lugar frio.
5. Abra a massa com um rôlo e coloque na fôrma onde vai ser assada.

Modo de fazer o recheio:

1. Cozinhe os pêssegos com 1/2 xícara de açúcar e água até que fiquem macios.
2. Em outra panela, aqueça o leite.
3. Misture o açúcar, as gemas e a maizena, dissolvendo num pouco de água fria.
4. Junte esta mistura ao leite e cozinhe, mexendo sempre até engrossar.

Modo de fazer a cobertura:

1. Bata bem as claras até ficarem em ponte de neve.
2. Junte o açúcar e o suco de limão e bata bem.

Modo de fazer a torta:

1. Coloque a massa na fôrma untada de maneira a forrar bem o fundo e os lados. Fure com um garfo a massa do fundo.
2. Coloque o creme de leite dentro dessa massa.
3. Por cima do creme, espalhe os pêssegos cozidos.
4. Cubra com o merengue.
5. Leve ao forno por 15 a 20 minutos.
6. Sirva fria.

- não desperdice a produção de seu pomar!
seque o excesso de frutas!



produzido pela  div. inf. rural-ascar