

## چه مشکلاتی وجود داشت که اقدام به تهیه این محصول کردید؟

این شرکت بیش از 20 سال در زمینه تجهیزات کوهنوردی و امداد و نجات فعالیت کرده است و نماینده سه شرکت فرانسوی در ایران است. باتوجه به ماهیت کوهنوردی و امداد و نجات، نگر میبایستی به مدت طولانی در محیط های طبیعی (کوهستان، داخل غار، مناطق صعب العبور و ...) به دور از هرگونه امکانات رفاهی و تهیه مواد غذایی فعالیت نماید که این فعالیت ها مستلزم دسترسی به مواد غذایی سالم، سبک با انرژی کافی به شرح ذیل می باشد:

- مواد غذایی سالم با حداکثر ارزش غذایی و ویتامین ها مانند غذای گرم خانگی  
- ماندگاری بالا بدون استفاده از مواد نگهدارنده (۲۰ تا ۳۰ سال) فقط با حذف رطوبت و اکسیژن

- امکان استفاده بطور دائم مانند غذای روزمره (بر خلاف غذای کنسروی)

- آماده سازی آسان تنها با اضافه کردن آب گرم

- عدم نیاز به تجهیزات پخت و پز، شست و شو ظروف و کاهش مصرف سوخت

- وزن کم محصول و بسته بندی سبک و انعطاف پذیر که باعث کاهش حجم و وزن پسماند و حفظ محیط زیست می گردد

- عدم وجود خطر سم بوتالیسم که در محصولات کنسروی وجود دارد

- عدم یخ زدگی محصول

# OFF COOK

## FREEZE DRIED FOOD

غذای خشک شده به روش انجمادی  
برای طبیعت گردی و کوهنوردی

## غذای خشک شده به روش انجمادی (FREEZE DRIED) دقیقا چیست؟

اگرچه غذاهای خشک شده به روش انجمادی معمولا با غذاهای خشک به روش گرمایی اشتباه گرفته می شوند، اما فرآیند تهیه غذاهای خشک شده به روش انجمادی کاملا متفاوت است. در آماده سازی غذاهای خشک شده به روش گرمایی با گردش جریان هوای گرم و خشک، مواد غذایی بخش زیادی از آب و حجم خود را از دست می دهد. برای خشک کردن به روش انجمادی، مواد غذایی به سرعت منجمد شده و در خلاء بسیار قدرتمندی قرار می گیرد. با تصعید آب در مواد غذایی و تبدیل یخ به بخار، ماده غذایی با حفظ قابلیت بازیابی مجدد آب، به میزان ۹۹ درصد خشک می شود.



## چرا غذای خشک شده به روش انجمادی در میان کوهنوردان پرطرفدار است؟

با اینکه ماجراجویی در طبیعت پنجره ای رو به تجربه های تازه و شگفتی های دیدنی باز می کند، چالش های ویژه ای را نیز به همراه می آورد. بیشتر ورزشکاران در رشته های مختلف ورزشی از جمله کوه پیمایی، دوچرخه سواری کوهستان، کمپینگ یا کوهنوردی به دنبال سبک کردن بار بدون نیاز به چشم پوشی از مواد مغذی لازم و طعم لذیذ غذا هستند. غذاهای خشک شده به روش انجمادی راه حل ایده آل برای مشتاقان طبیعت است که غذا را بیش از یک منبع انرژی می دانند.



NO TOXIC  
SOLVENTS

TITANIUM DIOXIDE  
FREE

### CONTACT US



@koohverisi.official  
@off.cook



02177533200  
02177533173



info@koohverisi.com



www.koohverisi.com  
www.offcook.com



تهران، خیابان طالقانی، خیابان بهار شمالی، خیابان جواد کارگر، پلاک ۸۶

## ارزش غذایی و همچنین طعم و ظاهر مواد غذایی تازه در غذاهای خشک شده به روش انجمادی (FREEZE DRIED) حفظ می‌شود

فرآیند خشک کردن مواد غذایی به روش انجمادی شبیه به وقفه زیستی است و به این ترتیب پس از آب‌رسانی مجدد، مواد غذایی تازگی و مغذی بودن خود را در لحظه قبل از فرآیند انجماد همچنان حفظ می‌کنند فرآیند کنسرو کردن شامل حرارت دادن مواد غذایی تا سطح دما و زمان مشخصی است که در پی آن، ارزش غذایی به واسطه تجزیه (ویتامین‌ها و تیامین، ریبوفلاوین و نیاسین) ویتامین‌ها و مواد معدنی کاهش یافته، طعم ماده غذایی مورد نظر تحت تاثیر قرار گرفته و با شکسته شدن فیبرهای موجود در آن، ماهیت و بافت آن نیز دستخوش تغییر خواهد شد.

به دلیل امکان وجود سم بوتولیسم در تمام مواد غذایی کنسرو شده، باید حداقل 20 دقیقه در دمای 100 درجه قرار گیرد ولی با توجه به پایین بودن نقطه جوش آب در کوهستان (70 الی 85 درجه با توجه به کاهش فشار هوا به تناسب ارتفاع از سطح دریا) همیشه خطر وجود این سم مهلك در کنسرو هنگام استفاده در کوهستان وجود خواهد داشت. ولی سم بوتولیسم در مواد غذایی خشک انجمادی وجود ندارد (عدم وجود رطوبت در داخل بسته و رشد باکتری). در حقیقت، در صورت استفاده از بسته بندی مناسب، ماندگاری مواد غذایی خشک شده به روش انجمادی ۲۰ تا ۳۰ سال بدون خرابی، تغییر طعم، بافت و ظاهر یا خطر بیماری‌زایی خواهد بود.

## برخی مزایای غذای خشک شده به روش انجمادی عبارتند از:

نسبت ایده‌آل انرژی به وزن: علاقمندان به طبیعت‌گردی هنگام انجام انواع فعالیت‌های ورزشی مانند صعود از صخره‌هایی با شیب زیاد یا حمل کوله‌پشتی‌های سنگین نمی‌توانند حجم و وزن زیادی را حمل کنند. غذاهای کنسروی و دیگر مواد غذایی تازه، به ویژه در شرایطی که قصد سپری کردن چندین روز در طبیعت را داشته باشید، باعث اضافه شدن 5 تا 14 کیلوگرم به بار می‌شود. بسیاری از کوهنوردان غذای خشک شده به روش انجمادی را ترجیح می‌دهند چون تمایل به کم کردن وزن کوله‌هایشان با حذف تجهیزات ضروری را ندارند. فرآیند خشک کردن به روش انجمادی باعث می‌شود مواد غذایی حدود ۹۸ الی ۹۹ درصد آب خود را از دست می‌دهد و وزن کلی آن به طرز قابل توجهی کاهش می‌یابد. این بسته‌های غذایی می‌توانند با وزن حدودی ۱۰۰ الی ۱۵۰ گرم وعده‌های غذایی با ارزش ۵۰۰ الی ۱۱۰۰ کالری را تامین کنند.

## تهیه آسان:

با توجه به آماده‌سازی آسان غذاهای خشک شده به روش انجمادی، طبیعت‌گردان و کوهنوردان می‌توانند زمان بیشتری را صرف لذت بردن از طبیعت و انجام فعالیت‌های مورد علاقه خود کنند. آماده سازی این غذا فرآیند بسیار ساده‌ای دارد: آب گرم را اضافه کنید؛ محتویات بسته را هم بزنید، در بسته را ببندید و چند دقیقه صبر کنید. سپس دوباره مواد داخل بسته را هم بزنید و حالا غذای شما در همین زمان کوتاه و بدون نیاز به پخت و پز آماده مصرف است. نکته: مقدار آبی که به غذا افزوده می‌شود به دمای محیط و ارتفاع از سطح دریا بستگی دارد. با افزایش ارتفاع، نقطه جوش آب پایین می‌آید. بدین معنی که آب در دمایی پایین‌تر از 100 درجه می‌جوشد. به همین دلیل پیشنهاد می‌گردد میزان تقریبی آب به حدی باشد تا به سطح محتویات بسته رسیده و محتویات در آب شناور گردد.



بسته را باز کنید و جاذب اکسیژن را از آن خارج نمایید. آب به اندازه کافی، به محتویات اضافه کنید. محتویات بسته را با یک قاشق هم زده و درب آن را ببندید. ۱۵ دقیقه صبر نمایید و پس از هم زدن دوباره غذای شما آماده می‌باشد.

## طعم و ارزش غذایی:

در گذشته، غذای خشک برای مردم یادآور غذاهای آماده نامطلوبی مانند MRE (غذای آماده خوردن) بود که نظامیان استفاده می‌کردند. حال حاضر، غذاهای خشک شده به روش انجمادی جدید در طیف گسترده‌ای از طعم‌های مختلف مانند انواع پلوهای ایرانی (زرشک پلو، عدس پلو، استانبولی و ...)، خوراک گوشت، سوپ، عدسی و انواع میوه و دسر (توت‌فرنگی با بستنی، انبه با بستنی، توت‌فرنگی و موز و ...) موجود هستند. با اینکه در غذاهای خشک شده به روش گرمایی بخش قابل توجهی از طعم آن از بین می‌رود، طعم اصلی ماده غذایی در غذاهای خشک شده به روش انجمادی کاملاً حفظ شده و به طرز شگفت‌انگیزی با یک غذای خوشمزه و دلپذیر مانند غذای گرم خانگی مواجه خواهید شد. یکی از نکات مهم این است که در غذاهای خشک شده به روش انجمادی به دلیل حذف وزن آب بدون تحت تاثیر قرار گرفتن مواد مغذی، تمام مواد غذایی ارزش غذایی و حدود ۹۷ درصد از ویتامین‌ها، پروتئین‌ها و مواد معدنی خود را حفظ می‌کنند.

## جدول مقایسه ارزش غذایی

کنسرو و مواد غذایی دارای نگاه‌دارنده

-40%

غذای خشک شده با گرما

-50%

غذای خشک انجمادی

97%

