

UTAN  
KOSTNAD

Kom igång med att

# TORKAMAT

En guide med grunderna från [torkamat.se](http://torkamat.se)



**TORKAMAT.se**  
fakta & butik



INLEDNING.....	3
BOKEN TORKA MAT.....	4
VANLIGA NYBÖRJARMISSTAG.....	5
TORKA MAT FÖR FÖRSTA GÅNGEN.....	6
DE FEM STEGEN VID TORKNING AV MAT .....	7
OLIKA FÖRBEHANDLINGAR.....	7
5 OLIKA TORKMETODER.....	8
TORKA I UGN/VARMLUFTSUGN .....	9
TORKA MED MATTORK .....	10
HYGIEN.....	11
NÄR ÄR MATEN TORR? .....	11
TORKTIDER – TABELL.....	12
GRÖNSAKER.....	14
KÖTTFÄRS / VEGOFÄRS.....	14
BITAR AV KÖTT ELLER VEG. PRODUKTER .....	14
TORKA ROTFRUKTER .....	15
PURE.....	16
FÖRVARING AV TORKAD MAT - HEMMA .....	17
FÖRVARING AV TORKAD MAT - PÅ TUR.....	18
BLÖTLÄGGNING AV TORKAD MAT .....	19
KOMPONERA RÄTTER AV TORKAT .....	20
TVÅ RECEPT FRÅN BOKEN TORKA MAT .....	21
HUR DU VÄLJER MATTORK .....	23
VARFÖR KÖPA EN MATTORK AV HÖG KVALITET? .....	24



# INLEDNING

*”En enkel och kortfattad guide för att du ska bli inspirerad och komma igång med att torka mat.”*

## Vad roligt att du är nyfiken på att börja torka mat!

Denna PDF är tänkt som en enkel introduktion till att börja torka mat. Den är medvetet skriven enkelt och kortfattat för att du ska bli inspirerad och komma igång snabbt. Det är inte en komplett guide i ämnet. Boken [Torka mat](#) (Calazo) är boken jag skrivit som tar upp allt i ämnet hur man torkar mat.

Gör gärna övningarna som de är beskrivna i boken så lär du dig faktiskt på bästa sätt. Det handlar mycket om att testa lite åt gången och sen öka mängderna du torkar. Det är alltså bättre att torka lite av många saker i början än att torka mycket av en råvara!

Det här är den första versionen av denna PDF och det har kanske smugit sig in fel, då får du gärna mejla mig på adressen nedan.

Du får gärna sprida denna PDF till vänner, bekanta eller i de Facebookgrupper du är med i – [gör det då med denna länk](#)

Ha nu så kul, och gott!

Hälsningar Eric Tornblad  
Eric Tornblad /eric@torkamat.se



---

*Det är alltså jag som driver torkamat.se. Har skrivit ett antal böcker om friluftsmat: Torka mat, Fjällmat, Eldmat och Snabblagat på tur. Alla finns på [torkamat.se](#). Håller regelbundet kurser och workshops om friluftsliv och friluftsmat – både fysiska kurser och online. På [matutliv.se](#) kan du se mitt kursutbud. Har även kursportalen [Friluftskurser.se](#) där det bland annat finns en webbkurs om att torka mat som ingår vid köp av mattork på torkamat.se. Bor i Stockholm men tillbringar så mycket tid i Jämtland jag bara kan.*



# BOKEN TORKA MAT

Den här boken går metodiskt igenom beprövade tekniker för att nå bästa resultat när du torkar olika typer av råvaror. Använd kunskaperna för att bevara köksträdgårdens grödor, göra egen friluftsmat eller utforska nya spännande smaker i din matlagning.

Du får veta hur du torkar enkla råvaror som frukt, rotsaker och svamp, men också mer avancerade livsmedel som fisk, ägg, kött och kyckling. Boken innehåller recept på energikakor, buljonger och egengjord jerky. Ett helt kapitel ägnas åt olika typer av mattorkar.

I *Torka mat* summerar författaren Eric Tornblad resultaten av mer än femton års erfarenhet och hundratals timmar av experimenterande med torkade livsmedel. Eric har också skrivit böckerna *Fjällmat*, *Snabblagat* på tur och *Eldmat*.



## 4. Torka grönsaksfrukter

Dominerit korvstall, mjöl och andra höllare grönsaker kallas även för grönsaksfrukter. Med dem kan du göra läckra sallader eller goda grytor. De följande och näst uppriparna av maten med sina grönsaker, röda och gula äggplantor. Vill du göra dem ännu mer smaka kan du torka dem i egen smaka du torkar dem.

Grönsaksfrukter att torka	
Adresser:	Pumpa
Zucchini:	Tomat
Kålansöms:	Korn
Måra:	Färsiga grönsaker
Paprika:	



## Rödbeta

Rödbeta är en favorit att torka! Så oerhålligt smaktäck och med en vacker färg. Här ska det tuggas, tuggas eller till en sallad. Jag brukar också göra röda rödbetor efter sommaren, så det är ett bra sätt att lagra dem för vintern. Om du vill göra ägg med röda rödbetor blir även mjölk, mjölksmör, i kallt vatten blir även tillägg av ägg.



## Pulver av torkad mat

Det kan vara svårt att torka mat som är tillräckligt torr. Om det torkade går att torka mer, så är det torkat. Det betyder att du kan torka det ännu mer. Det är ett bra sätt att lagra mat som är tillräckligt torr. Om det torkade går att torka mer, så är det torkat. Det betyder att du kan torka det ännu mer.

Det kan vara svårt att torka mat som är tillräckligt torr. Om det torkade går att torka mer, så är det torkat. Det betyder att du kan torka det ännu mer. Det är ett bra sätt att lagra mat som är tillräckligt torr. Om det torkade går att torka mer, så är det torkat. Det betyder att du kan torka det ännu mer.



## Köksutrustning – för att förbereda maten

Det är viktigt att ha rätt utrustning för att kunna torka mat. Det är viktigt att ha rätt utrustning för att kunna torka mat. Det är viktigt att ha rätt utrustning för att kunna torka mat.



**Säkra och dela**  
Vissa typer av mat är svåra att torka. Det är viktigt att ha rätt utrustning för att kunna torka mat. Det är viktigt att ha rätt utrustning för att kunna torka mat.

**Mixa och pulverisera**  
Många typer av mat är svåra att torka. Det är viktigt att ha rätt utrustning för att kunna torka mat. Det är viktigt att ha rätt utrustning för att kunna torka mat.

**Övrigt**  
Det är viktigt att ha rätt utrustning för att kunna torka mat. Det är viktigt att ha rätt utrustning för att kunna torka mat.

# VANLIGA NYBÖRJARMISSTAG

- FÖR TJOCKA BITAR** Maten torkar då för långsamt och kan bli dålig.
- OLIKA TJOCKLEK** Bitarna torkar då olika snabbt vilket gör det svårt att avgöra när maten är torr.
- FÖR HÖG TEMPERATUR** Näringsvärdet och smaken minskar med för hög temperatur. Ytan kan torka men inte inuti, vilket gör att de möglar.
- DÅLIG LUFTCIRKULATION** Om du exempelvis lufttorkar i ett för tätt utrymme kan inte fukten ta vägen någonstans, då kan livsmedlet mögla.
- FÖR MYCKET ÅT GÅNGEN** Det är svårt att hantera mycket mat åt gången i början. Torka hellre lite åt gången i början.
- FÖR FETA LIVSMEDEL** Mat med högre fetthalt än 10 % kan vara svårt att torka då fett är kvar i livsmedlet och inte avdunstar. Fet mat härsknar efter en tids förvaring.

*Yoghurt som torkats för varmt och blivit brun.*





# TORKA MAT FÖR FÖRSTA GÅNGEN

När du ska testa att torka mat för första gången är det bra att börja med enkel råvara och ett enkelt sätt att torka. Lufttorkning i rumstemperatur är det enklaste som finns, det tar bara lite tid.

Testa att torka någon eller fler av dessa råvaror!

**ÄPPLE** Kärna ur med en urkärnare eller en mindre kniv. Skär skivor 2–3 mm tunna. Häng på pinne eller tråd.

**MOROT** Ta en större morot och skala den. Skala sedan remsor av moroten med potatisskalaren. Häng dem på en tråd eller lägg på någon form av nät.

**PURJOLÖK** Skär 2 mm skivor och lägg på ett tunt tyg, exempelvis en kökshanduk.

**ÖRTER** Klipp små buketter av persilja eller annan ört, häng på tråd, pinne eller lägg på tunt tyg/nät.

**ODLADE CHAMPINJONER** Skär dem i 3 mm skivor och lägg dem luftigt på ett nät, ett ugnsgaller fungerar också bra.

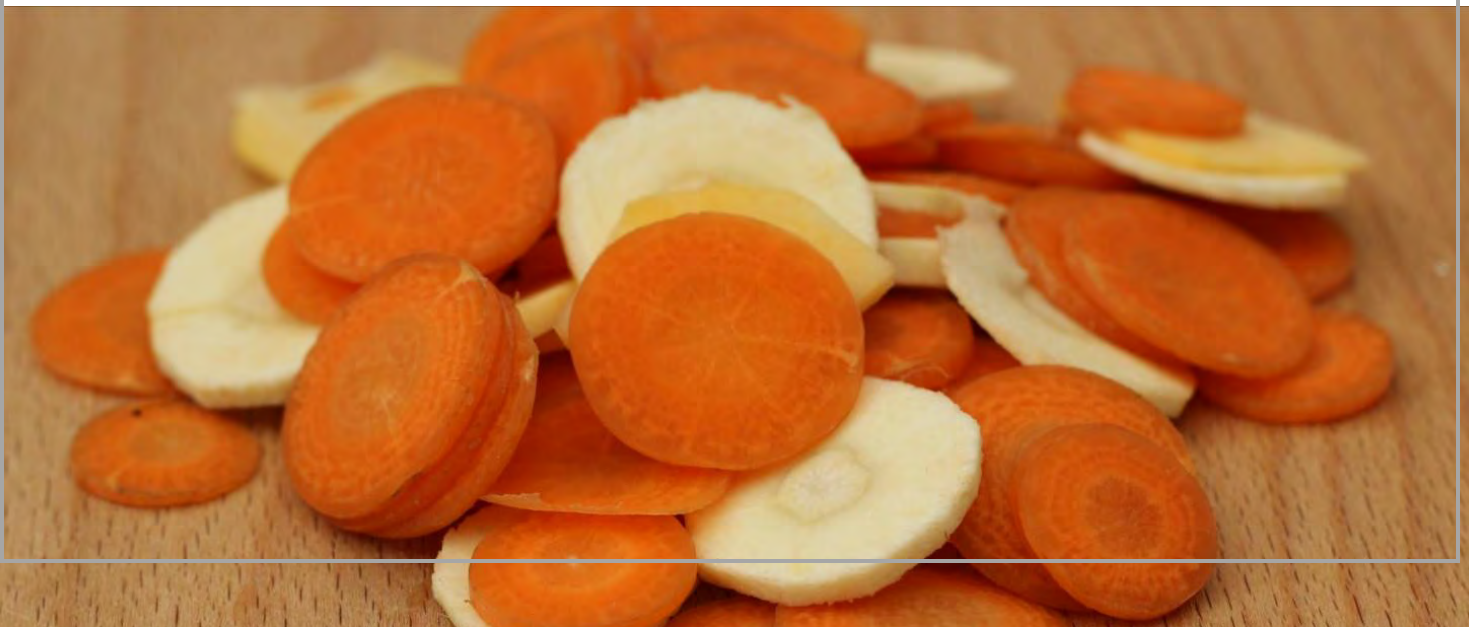


## DE FEM STEGEN VID TORKNING AV MAT

- VÄLJ RÅVARA** - hög kvalitet på råvaran, inte för mogen
- FÖRBERED** - skära, riva, förvälla...
- TORKA** - lufttorka, ugn/varmluft eller mattork
- FÖRVARA** - glasburk vid längre förvaring
- TILLAGA/ ÄT** - torkad frukt kan ätas som den är

## OLIKA FÖRBEHANDLINGAR

- SKÄRA, RIVA, DELA** Du måste dela maten för att den ska torka.
- STEKA** Kött och andra animaliska produkter bör hettas upp.
- FÖRVÄLLA** Att koka under kort tid i lättsaltat vatten. Potatis måste förvällas för att inte bli grå, många andra grönsaker tjänar också på att förvällas.
- ÅNGA** Ett alternativ till att förvälla.





## 5 OLIKA TORKMETODER

**MATTORK** Det finns två olika typer av mattorkar, runda där luften kommer underifrån och de fyrkantiga där luften kommer från sidan. De fyrkantiga kan torka grytor och puré. Längre bak i häftet kan du läsa om hur du väljer mattork.

**UGN/VARMLUFTSUGN** Ugnen fungerar bra för mat som inte innehåller så mycket vatten, exempelvis kött. Det går att torka grönsaker men det tar lång tid. Ugnen är utmärkt för att förvälla/steka mat innan den ska torkas.

**LUFTTORKNING - PINNE** Borra hål i en planka och stick in ätpinnar i trä, häng på äppelringar eller häng buketter av örter.

**LUFTTORKNING - NÄT** Ta en gammal fönsterram, eller snickra ihop en ram av tunnare virke. Spänn ett myggnät över som du häftar fast. Torka äpplen, lök och svamp.

**LUFTTORKNING - TRÅD** Spänn en tråd mellan två spikar i köket där du kan hänga äppelringar eller örter.



## TORKA I UGN/VARMLUFTSUGN

Din vanliga ugn hemma fungerar bra till mat som inte innehåller så mycket vatten. Det är exempelvis tillagat kött och kyckling. Ugnen är utmärkt för att tillaga kött och förvälla grönsaker (steka i 100 grader) innan torkning. När du torkar i ugn/varmluftsugn bör maten vara tunt skuren för att inte ta för lång tid att torka.

### Torka i ugn MED varmluft

Det verkar finnas två olika typer av varmluftsugnar - de som går att köra med luckan öppen och de som stängs av. Min ugn hemma går inte att köra med luckan på glänt, där får jag då och då öppna luckan och släppa ut fukt. Du kan torka flera plåtar samtidigt men det tar längre tid. Prova dig fram. Om du använder en varmluftsugn kommer du att få betydligt kortare torktider än i en ugn utan varmluft. I en ugn utan varmluft är luftcirkulationen låg och du bör endast torka en plåt åt gången.

### Torka i ugn UTAN varmluft

Ugnar utan varmluft kan du alltid ha på glänt. Det klassisk är att sätta en träslev i öppningen. Torka helst en plåt åt gången.





## TORKA MED MATTORK

Det går bra att torka mat utan mattork\* men det tar längre tid. Med en mattork får du en mycket högre luftcirkulation vilket ger en snabbare torkning och en högre kvalitet på maten.

En annan vinst är den lägre energiförbrukningen jämfört med en vanlig ugn. Den minskade energiförbrukningen kommer av den kortare torktiden och att mattorken har en mer exakt termostat.

Efter ett tag vet du exakt hur lång tid det tar att torka ett livsmedel med en viss tjocklek och i en viss temperatur. En mattork är speciellt bra till vattenrik mat som grönsaker. Kött går nästan lika bra att torka i en varmluftsugn som i en mattork eftersom att det innehåller så lite vatten.

Eftersom den kostar endel i inköp och ändå inte används jämt går det att dela en mattork med en kompis eller en annan familj.

*\* En mattork kallas även torkugn, frukttork, svamptork*



## HYGIEN

Jag har under mina femton år med torkad mat aldrig hört om någon som blivit dålig av torkad mat. Men det är självklart bra om du har en god hygien när du torkar mat. Använd gärna plasthandskar när du hanterar kött eller andra känsligare råvaror. Ät inte torkad mat som smakar eller luktar konstigt. Om den både smakar och luktar bra men du ändå är osäker - se då till att koka maten ordentligt.

Tänk på dina händer, kökshanddukar (missar man ofta), knivar, redskap och skålar, skärbrädor - och annat som kommer i kontakt med maten

## NÄR ÄR MATEN TORR?

- FRUKT & BÄR** Sega eller helt torra
- GRÖNSAKER** Ska gå att bryta av
- KÖTT** Som grus/gå att bryta av
- SVAMP** Knastertorr

*Torkade rödbetor med smulad buljongtärning som ska bli en god soppa!*





# TORKTIDER - TABELL

## GRUNDLÄGGANDE TEMPERATURER

**KÖTT KYCKLING** 70 grader  
**FISK**

**BÄR FRUKT** 50 grader  
**GRÖNSAKER**  
**BÖNOR PURÉ**

**SVAMP ÖRTER** 20-40 grader  
**LÖK FRUKT**  
**(ÄPPLEN)**

I den stora tabellen på [nästa sida](#) kan du se ungefärliga torktider för olika livsmedel. Med mattork menas en av de mattorkar som finns på [torkamat.se](#) eller motsvarande - som torkar jämnt och effektivt. En väldigt billig mattork ger ofta längre torktider.

Listan utgår från att livsmedlet är skuret i 3–5 mm skivor eller finfördelat på annat sätt.

Torktider varierar med luftfuktighet, typ av ugn, tjocklek på råvaran och en rad andra faktorer. Därför bör du se denna tabell som en vägledning och inte ett facit.

Ett streck (-) betyder att det inte är lämpligt att torka i exempelvis luft eller ugn.

*Vindruvor torkade i en Stöckli Dörrex – mycket godare än köpta russin!*



FRUKT

	Temp	Luft	Varmluftsu <sup>gn</sup>	Mattork
Ananas	50	-	16	12
Banan	50	-	14	8
Melon	50	-	20	16
Nektariner	50	-	16	10
Plommon	50	-	20	15
Päron	50	-	20	10
Äpple	50	72	10	6

BÄR

	Temp	Luft	Varmluftsu <sup>gn</sup>	Mattork
Hallon	50		12	8
Körsbär	50		12	8
Lingon	50		12	8
Vinbär	50		12	8
Skiv. jordgubbar	50		12	8

GRÖNSAKER

	Temp	Luft	Varmluftsu <sup>gn</sup>	Mattork
Aubergine	50	-	18	12
Bladspenat	50	48	6	3
Broccoli	50	-	14	10
Gul & röd lök	50	72	8	6
Haricots Vertes	50	-	14	10
Majs (hela korn)	50	-	20	12
Mangold	50	72	8	5
Paprika	50	-	16	10
Purjolök	50	72	8	4
Rucola	50	-	6	4
Squash	50	-	18	12
Tomat	50	-	18	12
Vitkål	50	-	12	8
Vitlök	50	72	8	6

ROTFRUKTER

	Temp	Luft	Varmluftsu <sup>gn</sup>	Mattork
Kålrot	50	-	13	8
Morot	50	-	13	8
Palsternacka	50	-	13	8
Potatis	50	-	13	8
Rotselleri	50	-	13	8
Rödbeta	50	-	13	8
Sötpotatis	50	-	13	10

ÖRTER/KRYDDOR

	Temp	Luft	Varmluftsu <sup>gn</sup>	Mattork
Kryddor, örter, chili	20-30	72	-	5

Temp °C  
Luft  
Varmluftsu<sup>gn</sup>  
Mattork

	Temp °C	Luft	Varmluftsu <sup>gn</sup>	Mattork
	50	-	14	10
	50	-	14	10
	50	-	14	10
	50	-	10	7
	50	-	10	6
	50	-	14	10

VEGETARISKT

Kikärtor
Sojaböner
Kidneyböner
Röda linser
Sojafärs (fryst)
Tofu

KÖTT, FISK

	Temp °C	Luft	Varmluftsu <sup>gn</sup>	Mattork
Vitfisk	70	-	12	8
Lax	70	-	14	10
Kyckling	70	-	10	7
Lättbacon	70	-	14	9
Nötkött	70	-	10	7
Nötfärs	70	-	10	6
Viltfärs	70	-	12	8
Viltkött	70	-	12	8
Rökt skinka	70	-	10	6
Räkor	70	-	12	8

ÄGG

Ägggröra	70	-	10	5
Färska ägg	70	-	12	8

OST

Härdost (30%)	50	48	12	8
Parmesanost	50	24	8	4
Fetaost	50	-	12	8
Mögelost	50	-	14	10

KOLHYDRATER

Pasta	50	-	10	6
Ris	50	-	10	6
Bröd	50	48	2	1

PURÉER,  
GRYTOR

Fruktläder	50	-	16	10
Grytor	50	-	16	10
tomatsås	51	-	16	10

SVAMP

All svamp	20-40	72	-	7
-----------	-------	----	---	---



## GRÖNSAKER

De flesta grönsaker torkas i 50 grader. Om grönsakerna ska förvaras länge är det bra om den förvälls först – då bevaras både färg och smak bättre. Paprika, tomat och lök ska däremot inte förvällas.

Grönsaker – 50 grader

## KÖTTFÄRS / VEGOFÄRS

Du kan torka både köttfärs och vegetarisk färs. Krydda stek och torka. Se till att finfördela innan du torkar den!

Köttfärs – 70 grader

Vegofärs – 50 grader

## BITAR AV KÖTT ELLER VEG. PRODUKTER

Det går utmärkt att torka bitar av både kött och vegetariska produkter. Skär dem 2-3 mm tunna så att de inte tar för lång tid att torka och blöta upp.

Kött – 70 grader

Vego – 50 grader

*Kryddat och torkat kött*



## TORKA ROTFRUKTER

Potatis måste försvällas innan torkning. De andra rotfrukterna tjänar ofta på att förvällas då både tiden för torkning och blötläggning minskar. Testa gärna att torka rotfrukter skurna i olika former.

**Rotfrukter** – 50 grader



*Potatis som inte förvälls blir grå.*

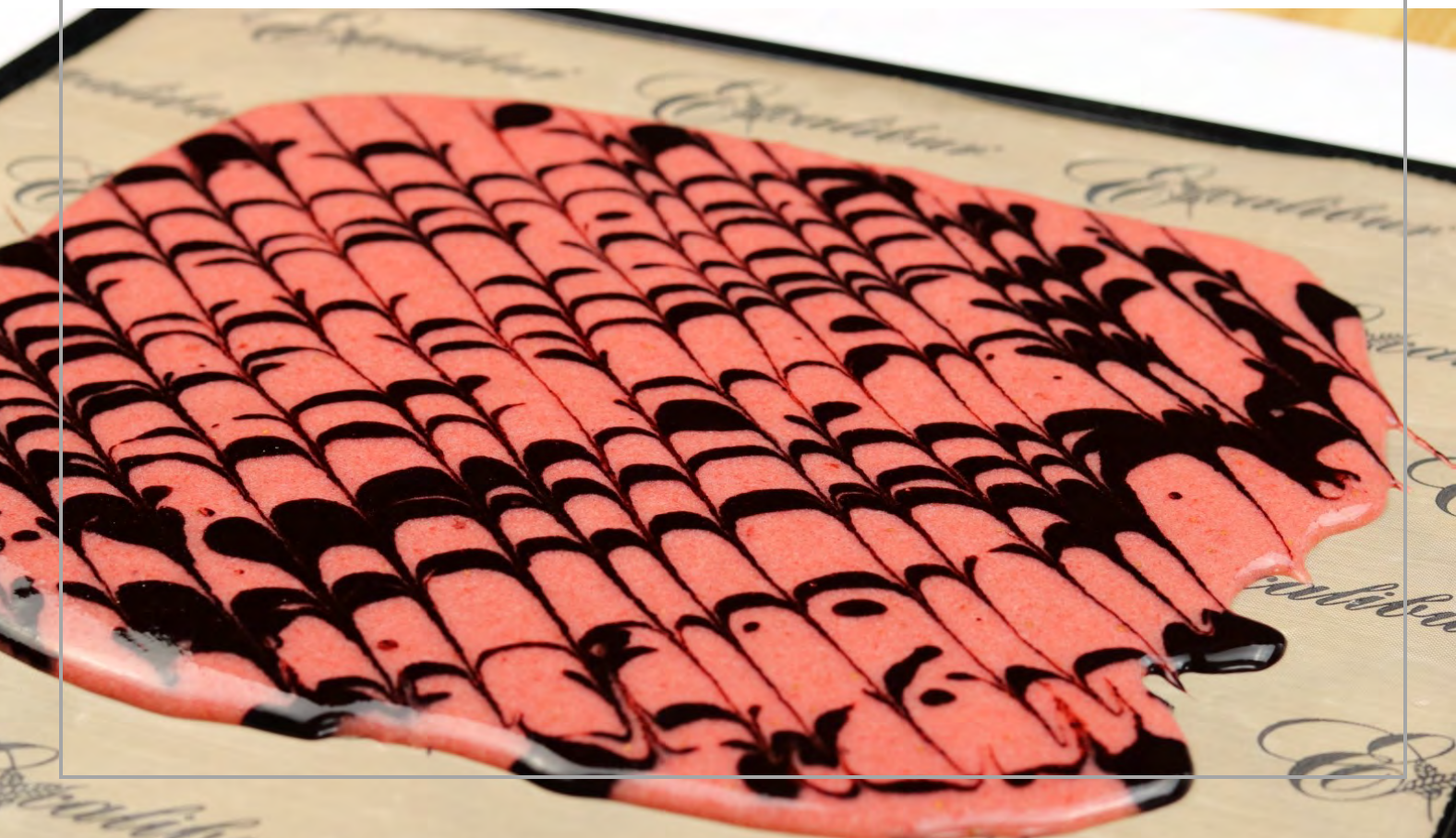




## PURE

Om du mixar puré av frukt och bär kan du göra ett "fruktläder" eller fruktremmar som det också kallas. Torka gärna på återanvändningsbart bakplåtspapper eller speciella torkdukar.

Fruktpuré – 50 grader



# FÖRVARING AV TORKAD MAT - HEMMA

Olika råvaror behöver förvaras på olika sätt för att bevaras bäst. Generellt bör torkad mat förvaras svalt, mörkt och torrt. Mat med fett bör förvaras i kyl eller frys, gärna vakuumpackad.

## **SVAMP**

Förvara torrt, svalt och mörkt. Gärna i en tät glasburk.

## **FRUKT & BÄR**

Förvara torrt, svalt och mörkt. Gärna i en tät glasburk.

## **ROTFRUKTER**

Förvara torrt, svalt och mörkt.

## **ÖRTER**

Förvara örterna torrt, svalt och mörkt. Gärna i en tät glasburk. Det kan vara bättre att ha flera små burkar än en stor, då de kan tappa smak om burken blir tom och innehåller mycket luft.

## **FISK**

Förvara den torkade fisken i frys med fryspåse, eller ännu hellre vakuumpackad.

## **KÖTT**

Förvara den torkade fisken i frysen i en fryspåse, eller ännu hellre vakuumpackad.

## **KYCKLING**

Förvara kycklingen i en plastpåse i frysen - ännu hellre vakuumpackad





# FÖRVARING AV TORKAD MAT - PÅ TUR

Det finns flera sätt att förvara torkad mat på tur. Beroende på hur länge du ska vara ute är det mer eller mindre viktigt att den är bra packad – om du ska vara ute flera veckor är det förstås viktigare att det är väl packad än om du bara ska vara ute över dagen.

Det viktiga är att maten är packad torrt så att den inte blir dålig (möglar).

Vakuumpackning är den tätaste och mest säkra förvaringen av mat på tur – men se till så att vass mat inte gör hål på påsen!

Tre sätt att packa torkad mat på tur:

- Plastburk
- Plastpåse
- Vakuumpåse

*Vakuumpackad rätt.*



## BLÖTLÄGGNING AV TORKAD MAT

All mat behöver inte blötas upp, exempelvis torkade äpplen, men ska den tillagas bör den blötläggas. Här är några snabba tips om blötläggning av mat. Blöt inte upp med fett - då tar blötläggningsen längre tid (t ex olja i friluftsmat)

Blöt inte upp i för mycket vatten, hellre för lite - annars kommer goda smaker att behöva slängas bort med blötläggningvattnet (om du inte gör en gryta, då kan du använda allt).

Försök att få så kort blötläggningstid som möjligt - det minskar risken för bakteriebildning. Blöt helst upp i varmt vatten - det förkortar blötläggningstiden





# KOMPONERA RÄTTER AV TORKAT

En rätt består av kolhydrat, protein och fett. Samt goda kryddor förstås! Det finns några olika sätt att laga mat ute och att komponera rätter. Testa gärna flera olika! Fett tillsätter du sist efter blötläggning innan tillagning, det ska alltså inte packas med den torkade maten. Ca 30 gram protein (t ex torkat kött) räcker per portion. Testa dig fram med hur stor total mängd torkad mat (vikt) du behöver för att bli mätt!

**ONE POT** Här blandar du allt i en påse och blöter upp. Det kan vara potatis, grönsaker och kött med olika kryddor. Tanken är att inte äta ris pasta eller annan kolhydrat till.

**GRYTA FRÅN RÅVAROR** Ganska likt ovan men med mindre fokus på kolhydrater som rotfrukter. Satsa på mer smak eftersom att den kolhydrat du har till tar en del smak (ris pasta etc). Du blandar olika torra råvaror som du sen blötlägger på tur.

**TORKA HEL GRYTA** Här torkar du en hel gryta på en plåt i ugnen eller i en mattork. Torka tills helt torrt, krossa och packa i påse.

**SALLAD** Du gör enkelt en sallad av exempelvis torkad kål, tomat, paprika eller morötter. Du kan förstås även göra en potatissallad med potatis, lök och torkad kapis.



## TVÅ RECEPT FRÅN BOKEN TORKA MAT

### GRYTA MED KIKÄRTOR OCH CHILI

Finare mat får du leta efter – och den är minst lika god som den är färgglad. Perfekt som återhämtning efter en dag i kajak eller till fots. Blötlägg allt utom oljan i en timme. Värm på eller ät ljummen och tillsätt olja.

En gryta som är lika god som färgglad. Om du blötlägger grytan i kallt vatten får den mer konsistens och tuggmotstånd än om du blötlägger den i hett vatten. Tillsätt olja efter blötläggning, annars tar det längre tid. Vilken olja du använder avgör smaken en hel del, en smakrik olivolja ger en helt annan karaktär än en neutral matolja.

två portioner  
2 dl torkade kikärter  
1 dl torkad fetaost/salladsost  
1 dl torkad paprika  
Svartpeppar  
1 hackad röd chili  
Salt  
+ 4 dl kallt vatten  
+ 4 msk olja





## RISOTTO PÅ TORKAD SVAMP

1 dl torkad svamp  
2 schalottenlökar  
1 vitlöksklyfta  
5 dl svampbuljong (vatten och buljongtärning eller fond)  
2 msk olivolja  
2 dl arborioris  
1 dl vitt vin  
Salt, svartpeppar

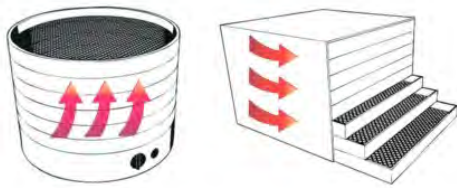
1. Blötlägg den torkade svampen.
2. Fräs hackad lök i olivolja, tillsätt riset och fräs en stund till. Häll på vinet.
3. Späd med den varma buljongen efterhand, koka på låg effekt. Efter tio minuter tillsätter du svampen. Tillsätt buljong lite i taget tills riset har ett litet tuggmotstånd.
4. Servera med parmesanost och nymalen svartpeppar.



# HUR DU VÄLJER MATTORK

Fundera på hur stor mattork du behöver samt om du vill torka blöta livsmedel som fruktläder och mer avancerad friluftsmat. För blöt mat behöver du en ugn med horisontellt luftflöde (Sedona, Excalibur).

En mattork kallas även torkugn, svamptork och i vissa fall även frukttork. Principen för alla mattorkar är densamma - varm luft passerar över maten och torkar den. Däremot finns det två olika typer av mattorkar och olika märken.



Det finns mattorkar med **horisontellt** och **vertikalt** luftflöde. På bilden representerar den runda torkugnen en Stöckli där luften kommer underifrån. Från Excalibur och Sedona kommer luften från sidan.

Excalibur och Sedona har horisontellt luftflöde där luften kommer från sidan. I ugnarna från Stöckli Dörrex passerar luften istället underifrån. Båda typerna fungerar utmärkt, men vill du torka blöta livsmedel som puréer eller grytor till friluftsmat bör du välja en ugn med horisontellt flöde - det vill säga en Excalibur eller en Sedona. Torkar du mest svamp och frukt är en Stöckli Dörrex ett bättre val..

**Om du vill torka mycket åt gången**, exempelvis om du har en egen trädgård med frukt och grönsaker eller om du torkar åt många - då är det en bra idé med en större mattork. Torkar du sällan eller lite åt gången går det bra med en mindre mattork. Har du lite plats hemma kan det också vara bra med en mindre modell.

**Termostat** är i princip ett måste. Då kan du reglera temperaturen precis efter livsmedlet du torkar. Risken är annars att du torkar maten för hårt. Alla torkugnar du hittar på Torkamat.se har termostat.

**Timer** är väldigt bekvämt och gör att du får mycket bättre koll på hur lång tid det tar att torka olika mat. Det är också en säkerhetsfråga om du lämnar ugnen. Digital eller mekaniska vred för justering av temperatur och timer är en smaksak. Tribest Sedona har digital display medan Excalibur och Stöckli Dörrex har mekaniska vred.

Självklart är **priset** relevant vid val av mattork. Men med högre pris får du bland annat byggkvalitet, BPA-fri plast, jämnare torkning och inbyggd säkerhet som överhettningsskydd. Om du ändå skulle ha otur är garantin mer omfattande och det finns även reservdelar.



## VARFÖR KÖPA EN MATTORK AV HÖG KVALITET?

Om du är på väg att köpa en mattork har du säkert tittat på många olika modeller, du har kanske läst om Hur du väljer en mattork här på sajten. En mattork är en pryl du kommer att ha glädje av under många år framöver – just därför är det så mycket roligare om du skaffar en kvalitetsugn. Jag lovar, det är skillnad mot de billiga ugnar du hittar på exempelvis JULA eller Clas Ohlson.

**Tystare.** Alla de mattorkar jag testat som kostat från 200 till 1000 kronor har en högre ljudnivå än de som jag säljer på torkamat.se. Inte helt oviktigt om du vill torka mat över natten eller om du ska vistas i samma rum som mattorken.

**Rymmer mer.** Ytan är utnyttjad maximalt, se exempelvis Stöckli Dörrex med sina höga kanter där du får plats med väldigt mycket svamp.

**BPA- och giftfria.** BPA (Bisphenol-A) är ett hormonstörande ämne. Kvalitetsugnar är BPA-fria, det vill säga giftfria.

**Torkar jämnare.** Torkugnarna du hittar på torkamat.se torkar jämnt över hela torkramen. Mycket jämnare än ugnar du hittar för ett par hundralappar.

**Uttänkta detaljer.** En kvalitetsugn har uttänkta och beprövade detaljer som gör att den är enkel att hantera. Som jämförelse är hålen på torkramarna nästan alltid för stora på en billig ugn.

**Tillbehör, garanti & reservdelar.** Om du vill ha extra ramar eller tillbehör finns det sällan på billiga torkugnar. Om du mot förmodan skulle ha otur att din kvalitetsugn på något sätt slutar fungera som den ska är garantiärenden smidigare och det finns reservdelar.

**Håller längre.** Allt från kvalité på plasten och motorn till hur ugnen är konstruerad gör att den kommer att hålla längre. Bra för miljön och bra för dig som kan ha ugnen i många många år.

**Högre andrahandsvärde.** En inte helt oviktig faktor är andrahandsvärdet. Det kan finnas flera skäl till att du vill sälja din ugn. Kanske vill du skaffa en större, mindre eller mer avancerad ugn. Torkugnarna på torkamat.se har ett högt andrahandsvärde – vilket gör att du kan använda en ugn under ett år eller två och ändå inte förlora mer än vad en billig ugn kostar.

**Mer miljövänliga.** Ugnar av högre kvalitet torkar maten effektivare (snabbare) och förbrukar mindre mängd el. Ugnarna kan även användas under väldigt lång tid och kan byta ägare flera gånger under apparatens livstid. Som nämnt ovan finns det reservdelar vilket gör att en del som tappas bort går att ersätta. Miljösmart!





På förra sidan ser du ägg, kyckling, energikakor, färskost, olja m kryddor, smörgåsgurka, grönkål, citron samt lax.

## Böckerna nedan finns på [torkamat.se](http://torkamat.se)

