



DUSTING

FOR DUMMIES

**THE
KITCHENETTE
OF FUTURE DUST**



POLVO PARA DUMMIES

Hola,
Bienvenidos a
THE KITCHENETTE
OF FUTURE DUST,
este es un pequeño
espacio creado por
personas creativas
y con muchas ganas
de experimentar.

DUSTING FOR DUMMIES

Hey there!
Welcome to
THE KITCHENETTE
OF FUTURE DUST,
this is a tiny space
elaborated for
people with huge creativity
and hunger
for experimentations.

¿POR QUÉ? // WHY?

El polvo es versátil, rápido y fácil de usar, e invita a la creatividad y la experimentación a través de varios métodos de cocción y puede proporcionar nuevas formas para que personas de diferentes orígenes culturales vuelvan a imaginar sus alimentos casi caducados o residuos de alimentos en formas, texturas y conceptos originales y emocionantes. Los sabores se alejan de las connotaciones distópicas de un futuro en el que la comida es funcional y nutritiva, sin embargo, carece de placer y de los rituales sociales, culturales e interpersonales que actualmente rodean la preparación y el consumo de la comida.

A través de este experimento, invitamos a todos a reflexionar sobre sus hábitos alimentarios, métodos y rituales actuales como una forma de pensar y construir los alimentos para el futuro.

¡ES HORA DE EMPEZAR!

Dust is versatile, quick and easy to use, and invites creativity and experimentation through various cooking methods and can provide new ways for individuals from different cultural backgrounds to re-imagine their almost-expired food or food residues into original and exciting shapes, textures and flavours, moving away from the dystopian connotations of a future in which food is functional and nutritious, yet lacks enjoyment and the social, cultural and interpersonal rituals that currently surround food preparation and consumption.

Through this experiment we invite everybody to reflect about their current eating habits, methods and rituals as a way of thinking and building the food for the future.

TIME TO GET STARTED!



柑橘皮

PIEL DE MANDARINA
TANGERINE PEEL

¿CÓMO? //HOW?

¿POR DONDE DEBERÍA EMPEZAR?

¡Los ingredientes y las especias de *The Kitchenette of Future Dust* son infinitos! La pulverización puede ser una forma sabrosa e innovadora de usar y conservar los alimentos que desperdicia durante la preparación de otras comidas, sus ingredientes casi caducados o partes de verduras que son muy nutritivas y sabrosas, pero difíciles de incorporar en nuestras comidas diarias. ¡También la pulverización es una excelente manera de agregar color a sus comidas sin el uso de colorantes artificiales!

Algunas ideas que hemos probado son polvos de cáscara de camarón, cáscara de huevo, semillas de aguacate, cáscaras de diferentes frutas y verduras (¡las manzanas y los cítricos son especialmente deliciosos!). Las flores de diferentes plantas aromáticas pueden ser muy sabrosas y nutritivas también. ¡No hay límite para tu creatividad aquí!

WHERE SHOULD I GET STARTED?

The ingredients and spices from *The Kitchenette of Future Dust* are infinite! Powdering can be a tasty and innovative way of using and preserving the food you waste during preparation of other meals, your almost expired ingredients or parts of veggies that are very nutritious and tasty, but hard to incorporate into our daily meals. Also powdering is a great way of adding color to your meals without the use of artificial colorants!

Some ideas we have tried are powders from shrimp shells, egg shells, avocado seeds, peels from different fruits and veggies (apples and citrus are specially yummy!). The flowers from different aromatic plants can be very tasty and nutritious as well. There is no limit for your creativity here!

INGREDIENTES

// INGREDIENTS

ASEGÚRATE DE QUE...

Las frutas y verduras sean orgánicas, así sus cáscaras no tendrán pesticidas. Cuanto más áspera sea la cáscara de la fruta, más pesticidas podría contener.

investige sus ingredientes más inusuales para verificar si son comestibles, ya que algunos (especialmente los granos de fruta o las semillas) pueden ser venenosos.

MAKE SURE THAT...

The fruits and veggies are organic, so their peels are pesticide-free. The rougher the peel of the fruit, the more pesticides it could contain.

You research your most unusual ingredients to check if they are edible, as some (particularly fruit kernels or seeds) can be poisonous.



¿QUÉ NECESITO PARA EMPEZAR?

Un molinillo de café

Contenedores herméticos

Cuchillos y peladores

Pequeños cepillos

Embudos

Un colador pequeño

Pinzas o palillos

Mascarilla y guantes de cocina para seguridad e higiene.

El deshidratador es opcional, ya que también puede usar su horno de microondas o horno a fuego lento. Los métodos de deshidratación que son más eficientes energéticamente incluyen el secado al aire, el secado al sol (aunque esto puede destruir la vitamina A en los alimentos vegetales), e incluso salazón o el ahumado. Cuando se deshidratan los alimentos, es mejor secarlos en exceso que en dejarlos húmedos. Una vez deshidratados, los alimentos deben empacarse dentro de frascos, bolsas o recipientes herméticos a prueba de humedad. Debe almacenarse en un área fresca y oscura, como una despensa o un armario.

WHAT DO I NEED TO GET STARTED?

A coffee grinder

Airtight containers

knives and peelers

Little brushes

Funnels

A little strainer

Tongs or chopsticks

Mask and cooking gloves
for Safety and hygiene

The dehydrator is optional, since you can also use your microwave or oven on a low heat, Methods of dehydrating that are more energetically efficient include air drying, sun drying (although this can destroy vitamin a in plant foods), and even salting or smoking. When dehydrating food, it is better to over-dry than under-dry. Once dehydrated, food must be packed inside airtight moisture-proof jars, bags or containers. It should be stored in a cool, dark area such as a pantry or cupboard.



果皮和種籽

PIEL Y SEMILLAS
PEEL AND SEEDS

CONSEJOS // TIPS

El escaldado / escaldado de frutas y verduras antes de la deshidratación ayuda a prevenir la oxidación y destruye las enzimas que pueden causar deterioro, sin embargo, puede ocasionar cierta pérdida de vitaminas del complejo B y B, así como la pérdida de algunos minerales.

Tenga cuidado con la temperatura, ya que las frutas y verduras de 40-60 C son ideales para conservar la nutrición y el sabor, pero las carnes deben hacerse por encima de 70 para evitar que se echen a perder.

Alimentos grasos: la maltodextrina de tapioca (N-Zorbit M) puede ayudar a absorber la grasa en alimentos con alto contenido de grasa, como aceitunas, aguacates e incluso aceites, lo que permite que se almacenen por más tiempo para cuando necesite esa adición de grasa a sus recetas. No te asustes si primero se convierte en una pasta, ¡esto es normal!

Alimentos azucarados: agregar Maizena (almidón de maíz) puede ayudar a absorber la humedad en los alimentos con alto contenido de azúcar, como pulpas de fruta y carne.

Scalding/blanching fruits and veg before dehydration helps prevent oxidation and destroy enzymes that can cause spoiling, however it may result in some loss of vitamin C and B-complex vitamins as well as the loss of some minerals.

Be careful with your temperatures, for fruit and veg 40-60 C is ideal for preserving nutrition and flavour, but meats will need to be done above 70 to prevent spoiling.

Greasy foods - Tapioca Maltodextrin (N-Zorbit M) can help absorb grease in high fat content foods such as olives, avocados, and even oils, allowing them to be stored for longer for when you need that fatty addition to your recipes. Do not be scared if it turns into a paste first, this is normal!

Sugary foods- Adding Maizena (corn starch) can help absorb stickiness in high sugar content foods such as fruit pulps and flesh.



粉末

POLVO
POWDER

COMBINACIÓN DE SABOR // FLAVOUR COMBINATION

Todos sabemos qué comidas nos gustan y cuáles pensamos que van juntas en una receta, pero las recetas de polvo pueden ser una oportunidad para probar nuevas combinaciones, especialmente porque es posible que tenga acceso a ingredientes que normalmente no usaría.

Recomendamos realizar una sesión de emparejamiento de alimentos, donde coloque pequeñas cantidades de polvo en una superficie segura para alimentos y pruebe sistemáticamente cada uno de sus ingredientes espolvoreados como pares. Sin nada más que agregar, ¡esto podría darle inspiración para ser más aventurero!

We all know what foods we like, and what we think goes together in a recipe, but dust recipes can be an opportunity to try out new combinations, especially since you may have access to ingredients that you wouldn't normally.

We recommend doing a food pairing session, where you place small amounts of your dust on a food safe surface, and systematically try out each of your dusted ingredients as pairs. If nothing else, it might give you inspiration to be more adventurous!





TEXTURAS

//TEXTURES

Otra variable para crear sus propias recetas y experimentar con sabores es la textura. Cuando los ingredientes se convierten en polvo, es muy fácil jugar con nuevas texturas que no tienen estos alimentos en su forma original. Podemos sugerir un par de formas para crear esas texturas con polvo:

GELATINOSO: Puede hacerlo con agar agar, semillas de chía, gelatina.

CRUJIENTE: Puede experimentar con Isomalt, azúcar y manitol.

SÓLIDO: puede preparar sus platos con almidón de tapioca, almidón de arroz, almidón de patata, harina de maíz o goma xantán.

ESPUMOSO: Se logra con lecitina de soja.

LÍQUIDO: Usado para las esferificaciones, necesitará lactato de calcio y alginato de sodio.

Another variable to create your own recipes and experiment with flavours is texture. When ingredients are made into dust it is quite easy to play with new textures that those flavours don't present in their original form. We can suggest a couple of ways to create those textures with dust:

JELLY: You can use agar agar, chia seeds, gelatine.

CRUNCHY: You can experiment with Isomalt, sugar, manitol.

SOLID: You could prepare your dishes using tapioca starch, rice starch, potato starch, corn flour or xanthan gum.

FOAMY: Experiment with Soy Lecithin.

LIQUID: For experimenting with spherification you'll need calcium lactate and sodium alginate.





www.medialab-prado.es/proyectos/kitchenette-future-dust

**THE
KITCHENETTE
OF FUTURE DUST**