



# OFF COOK

FREEZE DRIED MEALS



## آف کوک چطور به وجود آمد؟

در بین ورزشکاران به خصوص کوهنوردان و سنگنوردان یا کسانی که به طبیعت گردی و کمپ علاقمند هستند و همچنین امدادگران، همیشه جای خالی یک خوراک مناسب که شاخصه های یک وعده غذایی ایده ال برای این افراد را داشته باشد احساس می شد.

از این رو شرکت بازرگانی کوه ویسی که تجربه ای طولانی مدت در زمینه واردات وسایل کوهنوردی و سنگنوردی و همچنین آموزش های مربوطه را دارد، پای به عرصه ای جدید گذاشت و برآن شد تا محصولی را تولید کند که پاسخگوی نیازهای غذایی این گروه باشد.

این محصول نمی توانست یک وعده غذایی عادی باشد، چرا که می بایست علاوه بر حفظ ارزش غذایی و طعم و بو، مشخصه های دیگری همچون وزن پایین، قابلیت حمل در مقادیر بالا، اشغال فضای کم به دلیل بسته بندی منعطف و ماندگاری طولانی مدت بدون استفاده از مواد نگهدارنده (فقط با حذف رطوبت و اکسیژن) در شرایط دمایی متفاوت را هدف قرار می داد. بنا بر دلایل ذکر شده آف کوک امکان استفاده مداوم، مانند غذاهای روزمره به صورت بلند مدت را دارد. از این رو آف کوک انقلابی در عرصه تولید غذا برای ورزشکاران و همچنین تامین وعده غذایی در شرایط بحرانی ایجاد کرد.

## How did OFF COOK exist?

Among athletes, especially mountaineers and climbers, or those who interested in hiking and camping, as well as rescuers, there was always a necessity of a suitable food that had the features of an ideal meal for such ones.

Therefore, Kooch Veisi Trading Company, which has a long experience in importing mountaineering and climbing equipment as well as related trainings, entered a new field and decided to produce products that supply the food needs of this group.

This food could not be a normal meal, because in addition to maintaining nutritional value and flavor, it had to target other features such as low weight, high portability, occupy little space due to flexible packaging and long shelf life at different temperatures without adding any preservatives (only by removing oxygen and moisture).

OFF COOK revolutionized the production of food for athletes as well as the provision of meals in critical situations, and it could be used daily and long term.

## تاریخچه

خشک کردن به روش انجمادی اولین بار توسط مردم امپراطوری اینکا برای نگهداری طولانی مدت سیب زمینی مورد استفاده قرار گرفت و در جنگ جهانی دوم رشد بسیار کرد، که طی آن آمریکا سرم های خونی که با استفاده از این روش خشک شده بودند را برای متفقین به اروپا فرستاد. بعدها استفاده از این روش در ساخت پنی سیلین بسیار موثر واقع شد و تا امروز به همین روش تولید می گردد.

## History

Freeze-drying was first used by the people of the Inca Empire for long-term storage of potatoes and flourished during the World War II, which the United States provided blood serums dried using this technique at the Allies strong hold in Europe. Later, the use of this method was very effective in producing penicillin and it is produced in the same way until today.





## فناوری خشک کردن به روش انجمادی چیست؟

خشک کردن به روش های مختلفی صورت می گیرد، یکی از این روش ها خشک کردن به روش انجمادی یا فریز درای است. مراحل خشک کردن در این روش به اینگونه است که: ابتدا مواد غذایی به سرعت منجمد می شوند و پس از آن در خلاء بسیار قدرتمندی قرار می گیرند. با تصعید آب و تبدیل بخ به بخار، ماده غذایی با حفظ قابلیت بازیابی مجدد آب، به شکل موثری خشک می شود. در خشک کردن به روش انجمادی چون رطوبت و اکسیژن ماده را به زیر ۱% می رسانیم و مواد خوراکی در بسته های مخصوص، از نفوذ اکسیژن، رطوبت و نور محفوظ می باشد، دیگر امکان رشد اسپور قارچ ها وجود ندارد (اسپور قارچ در رطوبت بالای ۱۵% رشد می کند) و از ایجاد فساد جلوگیری می شود به همین جهت امکان نگهداری طولانی تر مواد غذایی میسر می گردد.

## What is Freeze-Drying technology?

Drying is done in different ways, one of these methods is Freeze-Drying. The drying steps in this method are as follows: first the food is frozen quickly and then placed in a very strong vacuum. By sublimating water and turning ice into steam, the food dries effectively while maintaining water recyclability. In Freeze-Drying technic, moisture and oxygen drops below 1% so there is no possibility for the fungus to grow. The packages are specially designed in order to prevent moisture, light or even oxygen protection and it avoids food decay.

## استفاده از فناوری خشک کردن به روش انجمادی در ایران

همان طور که در قسمت تاریخچه به صورت کوتاه به آن پرداخته شد این تکنولوژی سالهاست در منابع دارویی مورد استفاده قرار می گیرد، در ایران برای اولین بار شرکت بازرگانی کوه ویسی پس از بررسی محصولات مشابه در خارج از کشور و تحقیق در مورد چگونگی تولید، بسته بندی و ارائه محصول با در نظر گرفتن سلیقه و ذائقه ایرانیان تولید غذاهای خشک شده به روش انجمادی را با نام تجاری آف کوک از اسفند ۱۳۹۹ آغاز کرد.

## Use of Freeze-Drying technology in Iran

As briefly discussed in the history section, this technology has been used in pharmaceutical industry for many years, following so much researches on Freeze-Dried products manufacturing and presenting, Kooch Veisi Trading Company began the production of Freeze-Dried-Food for the first time in Iran named as OFF COOK in March 2017.

## نسبت ایده‌آل انرژی به وزن

کوهنوردان و سنگنوردان یا علاقه مندان به طبیعت گردی و کمپینگ و فعالان در حوزه امداد و نجات، به دلیل نوع فعالیتشان از حمل بار با حجم و وزن بالا گریزانند. خوراک به طور معمول می تواند ۵ تا ۱۴ کیلوگرم به کوله پشتی اضافه کند، بنابراین غذاهای کنسروی و آماده نمی‌توانند گزینه مناسبی برای این افراد باشند. غذاهای خشک شده به روش انجمادی به دلیل اینکه ۹۸ تا ۹۹ درصد از آب خود را از دست داده اند، به طور قابل توجهی از وزن و حجمشان کاسته شده است. از سوی دیگر در هر دمایی قابل نگهداری بوده و همچنین به دلیل حذف رطوبت و اکسیژن، فساد در این نوع غذاها فقط در صورت آسیب به پاکت آن رخ می دهد و بهترین زمان مصرفشان تا قبل از باز شدن بسته، با توجه به قوانین سازمان غذا و دارو و استانداردهای هر کشور می تواند تا ۳۰ سال باشد.

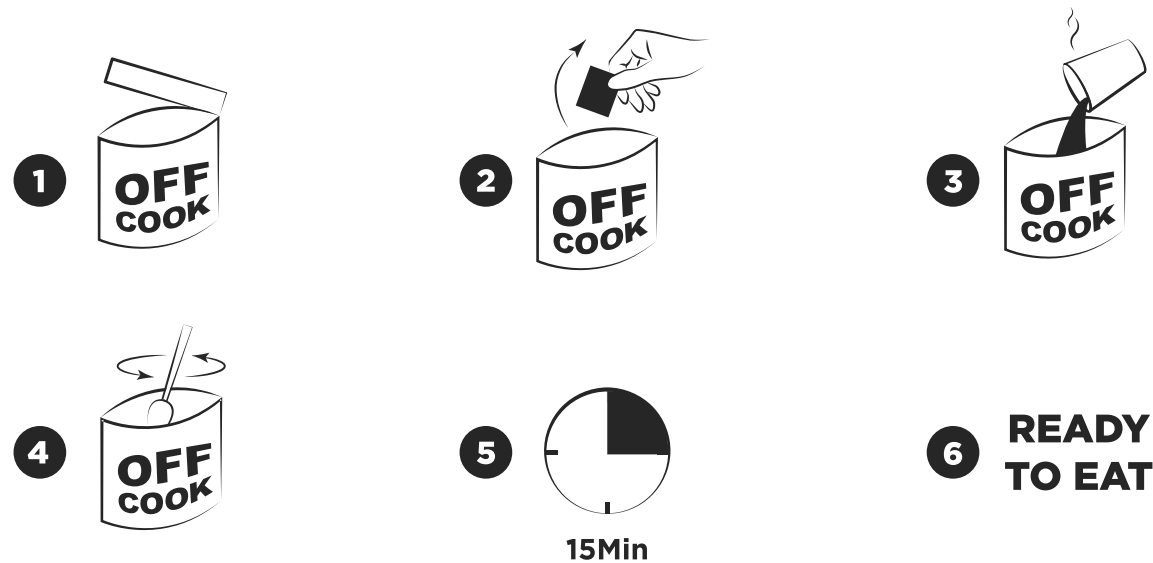
## Ideal ratio of energy to weight

It is quite crucial for Mountain climbers, rock climbers, nature and camping enthusiasts and rescuers not to carry around bulky and heavy loads and equipment. Food can add 5 to 14 kilos to the weight of the backpack, therefore, canned food products are not a suitable option. Freeze dried foods, on the other hand, lose 98 to 99 percent of their water during the production process and therefore are much lighter and occupy far less space. Moreover, Freeze dried foods can be kept in any temperature and have a very long shelf life as up to 30 years, depending on each country's food and drug regulations.



## آماده سازی سریع و آسان

با توجه به آماده سازی آسان غذاهای خشک شده به روش انجمادی، طبیعت گردان و کوهنوردان می توانند زمان بیشتری را صرف لذت بردن از طبیعت و انجام فعالیت های مورد علاقه خود کنند. آماده سازی این غذا فرآیند بسیار ساده ای دارد: آب جوش را به میزانی که محتویات بسته شناور شوند اضافه کنید (آب جوش اضافه شده در این مرحله باید کافی باشد تا نیازی به اضافه کردن آب در مراحل بعدی نباشد)، محتویات بسته را هم بزنید، در بسته را ببندید و ۱۰ تا ۱۵ دقیقه صبر کنید. سپس دوباره مواد را هم بزنید و حالا غذای شما در همین زمان کوتاه و بدون نیاز به پخت و پز آماده مصرف است.



### Quick and easy preparation

Due to the easy preparation of freeze-dried foods, nature lovers, hikers and mountaineers can spend more time enjoying nature and doing their favorite activities. The preparation of this food is a very simple process: add boiling water until the contents of the package float (boiling water added at this stage should be enough so that there would be no need to add water in the next steps) , Stir the contents of the package , put the lid and wait for 10 to 15 minutes. Then stir ingredients again and now your food is ready to eat in a short time without any cooking.

## نکات کاربردی



مقدار آبی که به غذا افزوده می شود به دمای محیط و ارتفاع از سطح دریا بستگی دارد. با افزایش ارتفاع، نقطه جوش آب پایین می آید، بدین معنی که آب در دمایی پایین تر از ۱۰۰ درجه می جوشد. به همین دلیل پیشنهاد می گردد به ازای هر ۱۰۰۰ متر افزایش ارتفاع، آب بیشتر به محصول افزوده گردد. همچنین به دلیل در دسترس نبودن ابزار دقیق اندازه گیری میزان آب، پیشنهاد می گردد میزان تقریبی آب به حدی باشد که محتویات بسته در آب شناور گردد. توجه داشته باشید جهت حفظ کیفیت، آب باید در یک مرحله به محصول افزوده گردد. به هنگام صعود یا در مواقع اضطراری، برای صرفه جویی در زمان آماده سازی می توانید پس از افزودن آب جوش، بسته را درون لباس خود قرار دهید تا هم از گرمای آن بهره مند شوید و هم تا رسیدن به زمان صرف غذا، محتویات با آب جوش ترکیب و آماده مصرف شود. آماده سازی آف کوک نیاز به تجربه و تمرین دارد. بنابراین توصیه می شود قبل از استفاده آن ها در برنامه های سنگین و بلند مدت، حتما یک یا دو مرتبه تمرین آماده سازی آن را داشته باشید تا در مواقع لزوم به مشکل بر نخورید.

## Practical Tips

The amount of water added to the food depends on the ambient temperature and altitude. As the height increases, the boiling point of the water decreases, which means that water boils at a temperature below 100 degrees. For this reason, it is recommended for every 1000 meters Increase the height, add more water to the product. Also due to the unavailability of accurate instruments of measurement it is suggested that the approximate amount of water be such that the contents float in the water. In order to preserve quality, water must be added to the product in one step.

During climbing or in case of emergency, in order to save preparation time, you can add boiling water to the package and put it within your clothes to enjoy the warmth too.

OFF COOK preparation, requires experience and practice. Therefore, it is recommended to practice it once or twice before using them in heavy and long-term programs.



# محصولات آفکوک



## پاستای گوجه فرنگی

محتویات: پاستا پیکولی، گوجه فرنگی، سیر،  
ریحان، قارچ، فلفل دلمه، ادویه مخصوص  
وزن: ۱۵۰ گرم  
مناسب برای ۲ وعده

## Tomato Pasta

Ingredients: Pasta, Tomato, Garlic, Basil,  
Mushrooms, Bell Pepper, Special Spices  
Weight: 150gr  
Number of surves: 2



## برنج و سبزیجات

محتویات: برنج، فلفل دلمه، پیازچه، سیر، کدو، بروکلی، هویج، قارچ، سس، ادویه مخصوص  
وزن: ۱۵۰ گرم  
مناسب برای ۲ وعده

## Rice with Vegetables

Ingredients: Rice, Bell Pepper, Scallion, Garlic, Zucchini, Broccoli, Carrot, Mushrooms, Special Spices  
Weight: 150gr  
Number of surves: 2



## استانبولی

محتویات: برنج ایرانی، سیب زمینی، گوجه فرنگی، سویا، عصاره  
گوشت، ادویه مخصوص  
وزن: ۱۵۰ گرم  
مناسب برای ۲ وعده

## Spanish Rice

Ingredients: Rice, Potato, Tomato, Soy, Beef Extract,  
Special Spices  
Weight: 150gr  
Number of serves: 2



## عدسی

محتویات: عدس، سیب زمینی  
وزن: ۱۵۰ گرم  
مناسب برای ۲ وعده

## lentil Soup

Ingredients: Lentils, Potato  
Weight: 150gr  
Number of surves: 2



## خوراک گوشت و سیب زمینی

محتویات: گوشت گوساله خلال شده، سیب زمینی، قارچ، پیازچه، عصاره گوشت، ادویه مخصوص  
وزن: ۱۵۰ گرم  
مناسب برای ۲ وعده

## Meat and Potato

Ingredients: Beef meat, Potato, Mushrooms, Scallion, Beef Extract, Special Spices  
Weight: 150gr  
Number of surves: 2



## زرشک پلو با مرغ

محتویات: برنج ایرانی، مرغ، زرشک، زعفران، خلال پسته  
وزن: ۱۵۰ گرم  
مناسب برای ۲ وعده

## Rice with Chicken and Barberry

Ingredients: Rice, Chicken, Barberry, Saffron,  
Pistachio Slices  
Weight: 150gr  
Number of surves: 2



## عدس پلو با خرما

محتویات: برنج ایرانی، عدس، گوشت چرخ کرده، خرما، زعفران، عصاره گوشت، پودر گوجه فرنگی، ادویه مخصوص  
وزن: ۱۵۰ گرم  
مناسب برای ۲ وعده

## Lentil Pilaf with Date

Ingredients: Rice, Lentil, Mince Meat, Date, Saffron, Beef Extract, Tomato Powder, Special Spices

Weight: 150gr

Number of surves: 2





لبو

وزن: ۱۰۰ گرم  
مناسب برای ۲ وعده

Beet Root

Weight: 100gr  
Number of surves: 2



سیب، کیوی، انگور

وزن: ۱۰۰ گرم  
مناسب برای ۲ وعده

Apple, Kiwi and Grape

Weight: 100gr  
Number of serves: 2



## سیب و دارچین

وزن: ۱۰۰ گرم  
مناسب برای ۲ وعده

## Apple and Cinnamon

Weight: 100gr  
Number of serves: 2

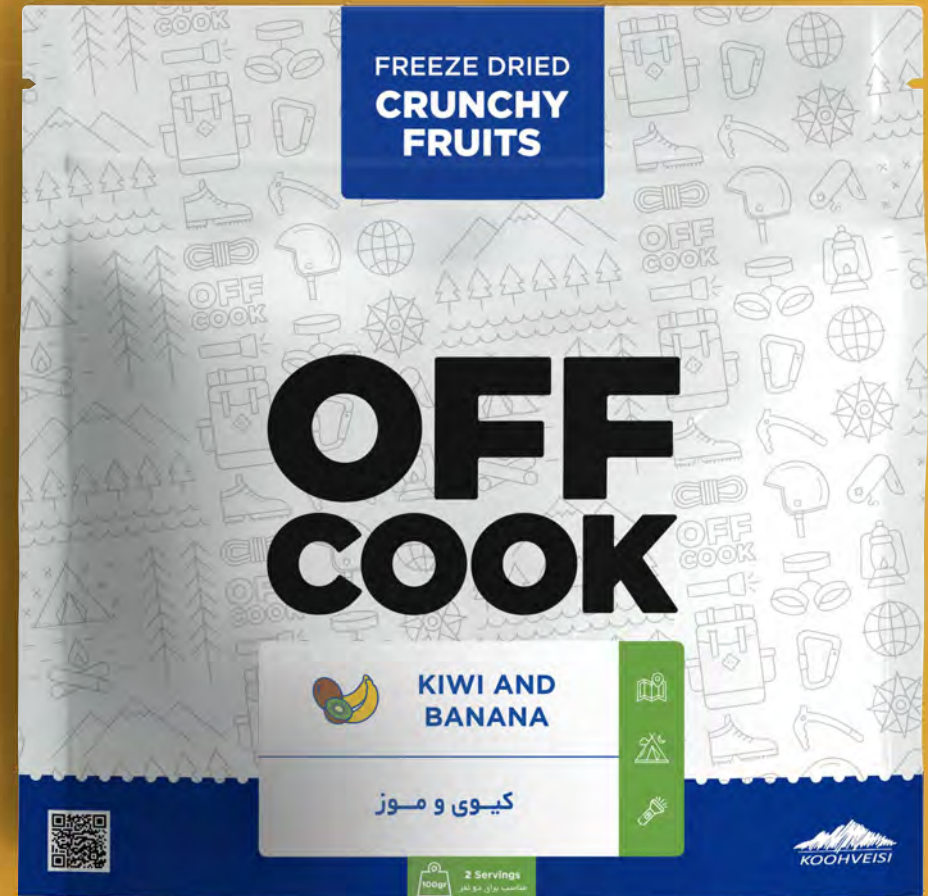


## کیوی و موز

وزن: ۱۰۰ گرم  
مناسب برای ۲ وعده

## Kiwi and banana

Weight: 100gr  
Number of surves: 2



## توت فرنگی و سیب

وزن: ۱۰۰ گرم  
مناسب برای ۲ وعده

## Strawberry and Apple

Weight: 100gr  
Number of surves: 2



## توت فرنگی و موز

وزن: ۱۰۰ گرم  
مناسب برای ۲ وعده

## Strawberry and Banana

Weight: 100gr  
Number of serves: 2



## تکه‌های توت فرنگی و بستنی وانیل

وزن: ۱۰۰ گرم  
مناسب برای ۲ وعده

## Ice Cream & Strawberry

Weight: 100gr  
Number of surves: 2

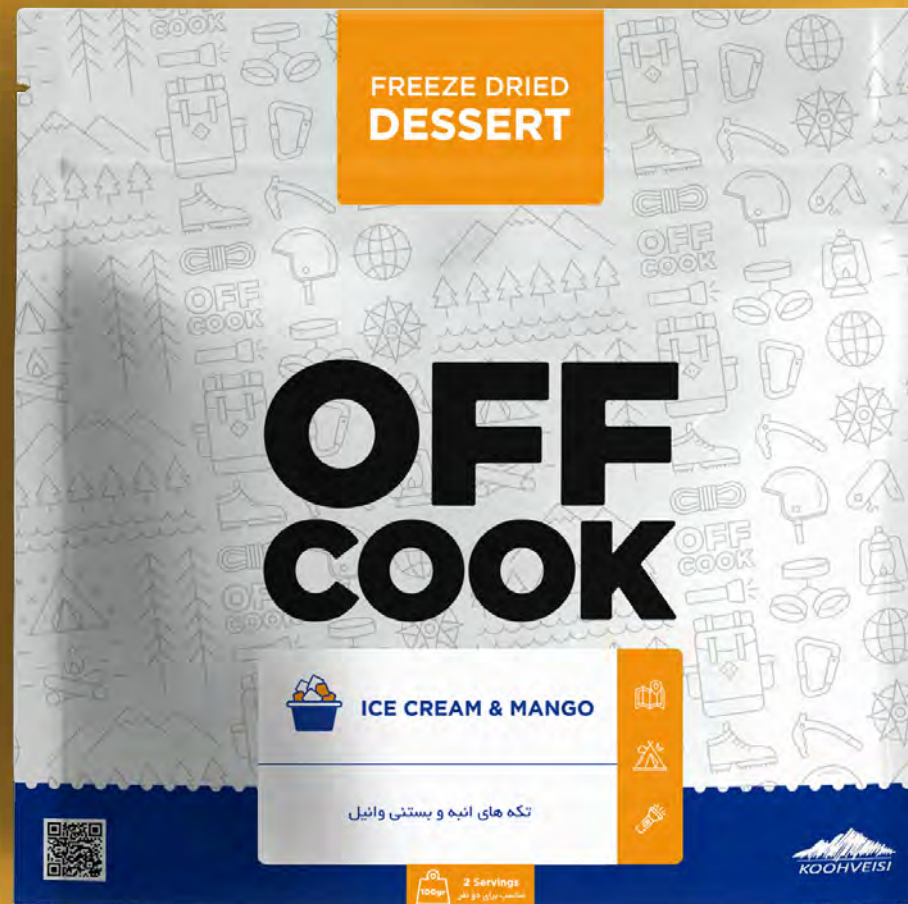


## تکه‌های انبه و بستنی وانیل

وزن: ۱۰۰ گرم  
مناسب برای ۲ وعده

## Ice Cream & Mango

Weight: 100gr  
Number of surves: 2





## بستنی

طعم: نسکافه، شاه‌توت، وانیل، زعفران

وزن: ۱۰۰ گرم

مناسب برای ۲ وعده

## Ice Cream

Flavor: Coffee, Black Berry,  
Vanilla, Saffron

Weight: 100gr

Number of surves: 2





## عباس علی‌نژاد

مربی کوهنوردی

برای حرفه‌ای بودن، می‌بایست حرفه‌ای عمل کنیم. حجم کم، وزن کم و سرعت عمل از فاکتور های مهم در صعودهای بلند و سرعتی است.

## Abbas Alinejad

Mountaineering Coach

To be a professional, you have to act professionally. Low volume, low weight and speed of operation are important factors in long and fast climbs.

## نماینده فروش



فروشگاه داوینو: شهرک اکباتان، مجتمع تجاری مگامال، طبقه F1، واحد ۱۱۲


 davingroup

[www.davingroup.com](http://www.davingroup.com)

+9821-44630696

+9821-44630697

شماره واتساپ:

 +9821-1242057



koohveisi.official  
[www.koohveisi.com](http://www.koohveisi.com)

+9821-77532264  
+9821-77533200

