

VARIEDAD |||| Modelos y materiales para escoger

El secreto está en las ollas

Hay ollas para todos los gustos y colores, de diferentes materiales, formas y precios. ¿Sabe usted cuáles son las que necesita para su cocina? Aquí lo ayudaremos a definir este tema.

Para empezar, según Milagros Torres, subgerente comercial de Sodimac de Javier Prado, un juego de baterías básico para los recién casados está comprendido por una cacerola, una olla pequeña, una sartén y una olla mediana, por eso se venden los juegos de siete piezas (contando las tapas).

Pero en este tema no hay una fórmula perfecta para todos, ya que para el chef Jaime Villanueva, el juego básico de ollas se compone por una olla de 4 o 5 litros, otra de 3 litros y una más de 2 litros, tres sartenes (grande mediana y chica), así como un cucharón, una espumadera, una espátula y un trinche.

Con el paso del tiempo, y si la pareja le llega a encontrar el gusto a la cocina, entonces ya se puede pensar en ollas más sofisticadas, como una vaporera o una espaguetera.

ENTÉRESE DE CUÁLES SON LOS MATERIALES MÁS ADECUADOS Y MENOS TÓXICOS, CUÁL ES LA FORMA CORRECTA DE LIMPIAR LOS REVESTIMIENTOS ANTIADHERENTES, LAS VENTAJAS QUE LE OFRECE UNA WOK Y MUCHO MÁS



VERSÁTIL. La wok con rejilla permite freír, cocer al vapor y hacer sudados.

IDEAL. Ahora también las ollas tienen recubrimiento antiadherente.

a vapor, en la rejilla se escurren las frituras, se cocina a vapor y se mantienen calientes los alimentos.

Para usar una wok es necesario seguir ciertas indicaciones. Primero, hay que calentarla a fuego máximo por un minuto, echar el aceite por las paredes y desde ahí que llegue al fondo. Cuando humee ligeramente, poner los ingredientes.

NADA SE PEGA

Por otro lado, el revestimiento antiadherente (mal llamado teflón, pues esta es una marca, igual que T-Fal) es superútil. Las sartenes con este material son livianas, requieren poco aceite y no se pega la comida en ellas. Como expresa Milagros Torres, las hay de diferentes calidades, con una, dos y hasta cinco capas de recubrimiento, lo cual hace variar su precio.

Cabe anotar que este material no se puede lavar con esponjita metálica ni se le puede pasar el cuchillo o tenedor, porque se raya y se desprende el recubrimiento. Lo mejor es usar una esponja de nailon. La sartén u olla con este recubrimiento se de-

DE CHINA, CON AMOR

Si bien hace años no era popular, hoy en día cada vez más personas se animan a tener una wok en casa, porque no solo es útil para la comida china, sino para todo tipo de salteados y –como advierte Milagros Torres– también para sudados, debido a que tiene un fondo amplio, que facilita que la comida se cueza en sus propios jugos.

Puede venir con o sin tapa. Muchos modelos vienen además con una rejilla, lo que le otorga gran versatilidad, ya que así hace las veces de grill y de olla

NOS HACEN LA VIDA FÁCIL

SARTÉN ELÉCTRICA

De aluminio con recubrimiento antiadherente y tapa de vidrio refractario. Se puede hornear, freír, asar, cocinar y mantener calientes los alimentos. Gracias al material de las asas, no se corren riesgos al trasladar la sartén.



VAPORERA ELÉCTRICA

Se genera vapor en un minuto, lo que ahorra tiempo en la cocción. La entrada exterior ayuda a alimentar de agua la vaporera sin quitar los accesorios. Tiene un sistema de calentamiento directo que elimina residuos ocultos por la evaporación.



ARROCERA-VAPORERA

Cuerpo calefactor con recubrimiento de pintura de porcelana y olla interior de aluminio con recubrimiento antiadherente que se puede retirar para lavar con facilidad. Sirve para cocinar todo tipo de guisados con o sin caldos.



FOTOS OSTER