



Gli utensili mobili di cottura

Con il termine **pentole** si definiscono tutti i recipienti idonei alla cottura dei cibi che, a seconda delle specifiche caratteristiche, si distinguono in:

- ✓ **casseroles** o **tegami**, quando le pentole hanno bordi alti e vengono usate per cuocere alimenti liquidi o voluminosi, come brodi, salse, stufati e così via;
- ✓ **padelle**, quando le pentole hanno bordo basso e vengono impiegate per preparare carni, frittate, crêpes, sughi e verdure saltate;
- ✓ **teglie**, quando hanno bordi bassi, possono essere rotonde o rettangolari e vengono usate per cuocere vivande in forno.

È importante non solo scegliere la **forma** della pentola, ma a seconda delle preparazioni bisogna saper identificare il **materiale** più appropriato valutando soprattutto la **conducibilità termica**, le proprietà antiaderenti, senza tralasciare la facile pulitura e la resistenza alla corrosione.

Alta conducibilità e uniformità sono indicate per cotture veloci, quali soffritti, carni in padella, frittate, ecc. e in tutti i casi dove è necessario essere precisi (per esempio, nella cottura del risotto). La bassa conducibilità è indicata, invece, per quelle preparazioni che necessitano una cottura lenta e uniforme e che mantenga a lungo il calore (zuppe, carne in umido, cottura dei legumi, ecc.).



I materiali di cottura

Con il continuo evolversi della tecnologia, il cuoco può disporre di utensili di svariati materiali adatti ad ogni tipologia di cottura.

Ogni materiale ha proprietà specifiche che lo caratterizzano e lo rendono più appropriato rispetto ad altri a soddisfare determinate esigenze del professionista.

Acciaio inossidabile (inox)

È una **lega metallica** composta da ferro e carbonio, con una percentuale di cromo e nichel indicata da un rapporto numerico; per esempio la dicitura 18/10 indica la presenza del 18% di cromo e del 10% di nichel. Questi componenti rendono l'acciaio liscio, lucido e resistente agli agenti chimici.

Alluminio

È un metallo bianco-argenteo, adatto per quasi tutte le forme di cottura (tranne la frittura), utilizzato soprattutto per fabbricare marmitte, placche da forno e pesciere.

L'alluminio non deve mai essere usato per cuocere alimenti acidi, come il pomodoro, e nemmeno per conservare le preparazioni in quanto cede sali di alluminio potenzialmente dannosi.

Acciaio o alluminio antiaderente (rivestimento)

Il rivestimento antiaderente è costituito da una sottile pellicola di **teflon**, **greblon** o **silicone**, **polimeri** simili ai materiali plastici, ed è applicato all'interno di recipienti in **acciaio inox** o **alluminio**.

Attualmente, le pentole sono proposte con un rivestimento interno di **ceramica** che risulta ecocompatibile, ma che non è così antiaderente quanto il teflon.

Ferro

È un metallo di colore grigio/nero, impiegato per realizzare utensili da dedicare alle **cotture al salto** e a tutti i tipi di frittura.

Ghisa

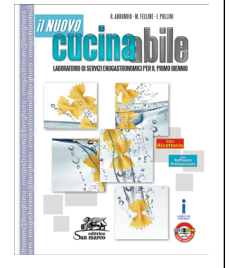
È una lega formata principalmente da ferro e carbonio, da cui si ottengono utensili adatti alle **cotture in umido**.

Pietra ollare

La pietra ollare (dal latino *olla*, cioè pentola) si usa per la produzione di piastre di cottura, teglie e pentole. Caratteristica della pietra ollare è la capacità di distribuire il calore in maniera uniforme e di mantenerlo per diverso tempo dopo che la si allontana dal fuoco. È possibile, inoltre, mantenere la temperatura con pochissimo calore; occorre però fare molta attenzione a non scottarsi.

Pietra lavica

La pietra lavica è naturalmente antiaderente, rilascia lentamente il calore in modo omogeneo ed è particolarmente adatta per la cottura di pesci, bistecche e frittate.



Porcellana

Si ottiene dalla cottura di sostanze argillose sottoposte a verniciatura e cotte una seconda volta. Questo materiale è utilizzato per realizzare cocotte e pirofile, oltre che per le stoviglie.

Rame

Metallo dal colore rosso-aranciato, è uno dei materiali più utilizzati nell'alta ristorazione, perché si presta a tutti i tipi di cottura, ma è particolarmente adatto alla **cottura in umido e in forno**; in pasticceria si utilizzano recipienti di rame non stagnato per la cottura dello zucchero.

Non si devono utilizzare recipienti in rame per conservare gli alimenti, perché vi è il pericolo di contaminarli col "verderame" (o solfato rameico), una sostanza altamente tossica per l'organismo.

Esistono in commercio tegami di rame ricoperti di acciaio inox o leghe (durevole, sano e professionale), che rappresentano la migliore scelta sia per l'igiene, sia per la resa in cottura.

Silicone

È un polimero inorganico, con una struttura formata da lunghe catene di **silicio** e **ossigeno**. È usato in sostituzione dei tradizionali stampi, per preparare torte dolci e salate; grazie a esso, la preparazione cuoce più in fretta e si sforma più agevolmente; riposti negli armadi, gli stampi si ripiegano su se stessi, occupando meno spazio.

Terracotta

Ottenuta da una tecnica di lavorazione dell'**argilla**, è un materiale adatto sia per le fonti di calore tradizionali, sia per il forno a microonde. Questo materiale garantisce un riscaldamento lento e continuo dei cibi e mantiene a lungo il calore accumulato.

Titanio

Gli utensili in **lega di titanio**, un elemento chimico, sono stati introdotti soltanto di recente.

Vetro temperato

Si utilizza per produrre il **pirex** e altri oggetti trasparenti; il vetro temperato ha una notevole resistenza alle elevate temperature e alla flessione, ma è piuttosto fragile. La sua rottura dà origine a piccoli frammenti con i bordi non taglienti.

Può essere utilizzato per contenitori, pirofile e recipienti da forno, nei quali si cuociono, lentamente e a fuoco basso, minestroni, stufati e salse.

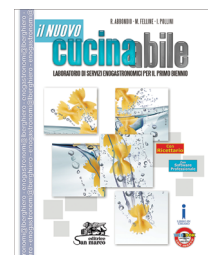


Il set di pentole

I recipienti di cottura, completi di coperchio, devono essere scelti rispettando gli impieghi, sia in funzione della tipologia, sia in funzione del materiale che meglio aiuta nella riuscita della preparazione.

Se si dispone di una piastra di cottura a induzione, si devono utilizzare pentole particolari che hanno il fondo magnetico per agevolare la trasformazione del calore.

R. Abbondio
M. Felling
I. Pollini
**Il Nuovo
Cucinabile**





ESERCIZI

COMPLETA

Completa la seguente mappa inserendo le parole mancanti, scegliendole tra quelle proposte:

alluminio – carbonio – ebollizione – ferro – frittura – greblon – in forno – in umido – leggero – metallo – polimeri – rame – temperato – temperature.

