

Porozmawiajmy o zdrowym gotowaniu

Jedzenie sprawia ogromną przyjemność. Sama czynność przygotowania posiłków pozwala wielu osobom oderwać się od rzeczywistości i stanowi dla nich prawdziwą chwilę przyjemności... Czy naczynia mają znaczenie? Czy wystarczy talent kulinarny i nieposkromiona chęć eksperymentowania?

Wszystkie kulinarne szaleństwa mają wpływ na nasze zdrowie. Każdy spożywany posiłek powinien dostarczać niezbędnych wartości odżywczych oraz witamin. Tylko takie jedzenie pozwala na prawidłowe funkcjonowanie organizmu. Zdrowe gotowanie to takie, podczas którego nie nadużywamy tłuszczów, a wybrane składniki nie tracą cennych witamin i wartości odżywczych. Wybór zdrowych i ekologicznych produktów, z których przygotowujemy potrawy nie wystarcza jeżeli w trakcie ich łączenia i tworzenia końcowego efektu nie zadamy o właściwy sposób ich przygotowania. Wielu producentów oferuje naczynia, w których można gotować nie tylko smacznie, ale i zdrowo. Przetestowaliśmy zestaw proponowany przez Zepter. Pierwsze wrażenie? Posiłki przyrządzone sposobem Zeptera są przede wszystkim jedzeniem do przygotowania którego, zbędny jest jakikolwiek tłuszcz. Okazuje się, że niepotrzebna jest... również sól i woda. Akutermiczne dno naczyń sprawia, że włożone do niego mięso nie przypala się i w szybki sposób zaplanowana na obiad pierś kurczaka jest gotowa do spożycia – soczysta i lekko przyprawiona ziołami.

W czym tkwi tajemnica?

Naczynia tej firmy mają wielowarstwowe dno wykonane z najwyższej jakości stali chromowo – niklowej. Wielowarstwowe dno magazynuje energię, by następnie szybko i równomiernie wykorzystać ją w całym naczyniu. Woda znajdująca się w produktach pod wpływem ciepła zmienia się w parę wodną, która krążąc w zamkniętym obiegu, podnosi się ku górze aż do pokrywki, a następnie schłodzona opada na dno, gdzie zostaje ponownie podgrzana tworząc nowy cykl. Równomiernie rozprowadzone ciepło i cyrkulacja pary sprawiają że potrawy nie tracą aromatu, a smaki poszczególnych składników, nie mieszają się ze sobą jak podczas gotowania w wodzie. Okazuje się, że technolodzy Zeptera zaprojektowali każde naczynie w taki sposób, że można je nazwać małym laboratorium.

Nic więc dziwnego, że Instytut Żywności i Żywności uhonorował jedno z naczyń firmy, znakiem „Profilaktyka cholesterolowa” przyznawanym w ramach Narodowego Programu Ochrony Serca. Zdrowe przyrządzanie posiłków to jeden z najważniejszych czynników profilaktyki chorób serca. W przypadku testowanych naczyń ograniczenie spożycia soli i tłuszczu jest gwarantowane.

Design?

Jest jeszcze kilka praktycznych zalet, np.: kształt krawędzi, który jest wyprofilowany w taki sposób, aby przelewanie do innego naczynia było proste. To drobiazg, ale przy codziennym wykonywaniu czynności w wielkim pośpiechu – bardzo ułatwia życie. Podczas gotowania mamy pełną kontrolę nad temperaturą wewnątrz garnków, bez konieczności podnoszenia pokrywki. Zapewnia to precyzyjny termokontroler umieszczony na jej wierzchu.

Ogromna funkcjonalność nie zaburza przepięknej linii i kształtu. Wzornictwo, to kolejna mocna strona firmy – piękny i nowoczesny design niewątpliwie przyczynia się do tego, że gotowanie staje się przyjemnością.

Więcej informacji i zdjęć produktów, które pomogą zadbać o zdrowie i cieszyć się z przyjemności eksperymentowania ze smakami w kuchni na stronie www.zepter.pl lub w firmowym salonie Zepter w Warszawie, ul. Nowy Świat 64.

