

Recomiendan no usar lavavajilla y lavar cuidadosamente estos utensilios

Titanio, teflón o cerámica: en esto hay que fijarse a la hora de elegir la mejor sartén

La mayoría de las sartenes que se encuentran en el mercado están hechas de aluminio. Sin embargo, tienen distintos revestimientos que marcan la diferencia.

BANYELIZ MUÑOZ

La tecnología avanza a pasos agigantados y hoy se puede encontrar una infinita variedad de sartenes para cocinar. Basta con acercarse hasta la góndola de una tienda y observar que hoy están hechos con distintas materialidades. Los hay de aluminio (con distintos recubrimientos), acero inoxidable, y también están los de hierro fundido, entre otros.

Tipos de aluminio

El doctor en Química Manuel Ahumada, investigador del Centro de Nanotecnología Aplicada de la Universidad Mayor, plantea que la mayoría de los sartenes que se comercializan en el mercado son de aluminio como base. De hecho, está el de aluminio estampado, forjado y fundido.

"El estampado básicamente es una lámina de aluminio, que se pone como en un molde (prensa), y sale el sartén. El forjado es muy parecido a cómo el herrero hacía la espada: se ponen varias láminas de alto grosor de aluminio, y eso se va golpeando hasta darle forma al sartén. Por último, el proceso de fundido es derretir el aluminio, y eso se deposita en un molde. Una vez que se enfría queda con la forma del sartén", explica.

El estampado y forjado, dice, son más económicos y livianos, pero cumplen con su función. "El problema es que la comida se suele pegar. Otra cosa es que liberan metales, que se ha demostrado que puede producir daños a la salud". Estos son los típicos que se encuentran en la casa de nuestros abuelos.

Jorge Uauy, fundador de Brann, empresa chilena que desarrolla distintos productos de vanguardia para



Según los expertos, los de aluminio fundido tienen súper buena antiadherencia.

1,5
MILÍMETROS
 es el espesor habitual de los sartenes de aluminio. Los de aluminio fundido pueden llegar a los 4 mm.

la cocina, reconoce que la mayoría de estos artículos poseen 1,5 mm de espesor. "Son aluminios blandos y se raspan fácil".

El fundido es uno de los más valorados. "Es mucho más homogéneo la transferencia de calor hacia el alimento", indica Ahumada.

Uauy añade que el de aluminio fundido tiene 3,5 a 4 mm de espesor. "Tiene un tratamiento térmico para que no desprenda aluminio. Al ser más grueso, tiene una distribución más homogénea de calor".

Desde el punto de vista de los alimentos, el chef John Jara, coordinador de la carrera Gastronomía Internacional del instituto AIEP, destaca que es muy recomendable para cocinar. "Tiene una antiadherencia perfecta, conduce el calor de manera uniforme, mantiene el calor por más tiempo, no se raya, y es súper fácil de lavar. La conducción de calor es súper importante. Mantiene el sartén caliente por mucho tiempo. Una carne te puede quedar con la textura de una parrilla eléctrica: muy doradito", subraya.

Recubrimientos

Con el aluminio como base —puede ser fundido u otro: debe fijarse en la etiqueta del producto— hay diversas variedades de revestimiento:

Teflón: Ahumada precisa que la gracia que tiene este material es que no permite que se pegue la comida. "El problema que tiene es que cuando el teflón se raya queda expuesto el metal. Este recubrimiento dura según los cuidados que se tengan. Hay que usarlo hasta los 250 grados, después se empieza a fundir y libera vapores a la comida. Es recomendable lavarlo a mano y no en el lavavajilla".

Jara coincide y destaca que además es barato y tiene buena antiadherencia para hacer panqueques. "El problema es que se puede desprender el material".

Cerámica: Según Ahumada, este material es perfecto para soportar altas temperaturas. "Hay que tener cuidado con la película, ya que si se raya queda expuesto el metal. Evite usar esponjas metálicas: eso remueve la película por la que se pagó".

Jara agrega que funciona bien en las cocinas eléctricas. "Tienen una antiadherencia leve: no son tan perfectos para hacer panqueques, que es una de las mayores decepciones. No se recomienda lavar en lavavaji-

lla, pues se raya fácilmente".

Titanio: "La gracia que tiene es que aumenta la durabilidad del sartén, evita que se raye fácil, proporciona buenas propiedades antiadherentes, evita la corrosión del material. Aumenta la durabilidad del sartén", describe Ahumada.

Otros materiales

El de acero inoxidable es otro que se puede encontrar en las tiendas. "Son sartenes súper pesados. Se pueden utilizar a altas temperaturas; no así el aluminio que si se pone a altas temperaturas se comienza a deformar. El problema es que se demora más en calentarse, y se oxida más rápidamente. El de aluminio no se oxida tan rápido por las capas que se le van añadiendo", menciona Ahumada.

Jara admite que es ideal para cocinas más profesionales. "Tiene buena conducción de temperatura, antiadherencia media, y es muy resistente".

Helena Videla, jefa de línea menaje de Sodimac, suma también a los de hierro fundido. "Se caracterizan por ser muy duraderos. No se rayan y se pueden meter al horno. Hay que lavarlos a mano y secar bien, ya que se pueden oxidar. Su precio es más alto por sus atributos especiales".