



Sello de agua, un sistema de cocción único

(*) exclusivo de la batería Ecco Acero

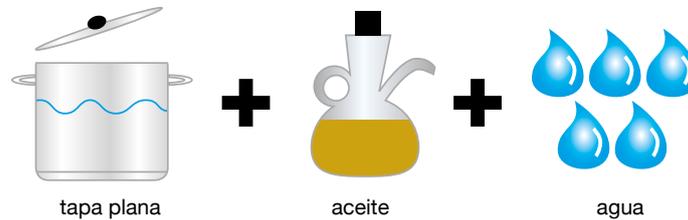
1 ¿Qué es el sello de agua?

Es una película fina de agua que se genera durante la cocción en la unión entre la tapa y la olla. Gracias a la geometría de las piezas de la serie ecco el vapor que se genera al inicio de la cocción se dirige a la unión entre la tapa y la olla formándose así el "sello de agua".

Ventajas

El sello de agua nos permite cocinar con un mínimo de agua los alimentos, sin someterlos a altas temperaturas de forma que estos conserven la intensidad de sus sabores así como sus nutrientes naturales. También permite cocinar sin aceites ni grasas, aunque pueden ser añadidos a gusto de cada persona.

Por otro lado las piezas de la serie ecco pueden ser utilizadas también para realizar la cocción tradicional, siendo el sello de agua una forma de cocinar que precisa, además de unos utensilios adecuados con la geometría correcta, unas reglas básicas que debemos seguir.



tapa plana

aceite

agua

2 Use el utensilio de tamaño correcto

Se recomienda que los alimentos no superen los 3/4 de la capacidad de la pieza. Tampoco es conveniente que esté demasiado vacía ya que estaremos desperdiciando energía. Por lo tanto es recomendable cocinar entre 1/2 y 3/4 de la capacidad de la olla.

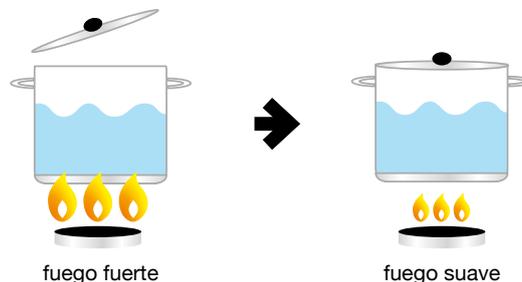
Comience a cocinar a fuego medio

Colocar los alimentos limpios en la olla y agregar un mínimo de agua para que empiece la cocción. Tapar la olla y esperar hasta que empiece a salir vapor. A partir de ese momento se irá generando el sello de agua. Para comprobarlo lo más sencillo es hacer girar la tapa suavemente. Si esta gira sin dificultad el sello de agua está formado.

Bajar la intensidad del fuego

Una vez se haya formado el sello de agua, reduzca el fuego al mínimo de forma que no salga vapor por la tapa. Durante la cocción podrá comprobar el estado de los alimentos así como la presencia de humedad en el recipiente. Se pueden añadir pequeñas cantidades de agua para mantener el nivel de humedad, aunque hay que tener en cuenta que cada vez que destapamos la olla dejamos escapar humedad así como calor.

Una vez terminada la cocción destapar y servir los alimentos. Si se deja la olla tapada y al cabo de un tiempo se observa cierta dificultad para retirar la tapa, bastará calentar ligeramente la olla para eliminar la resistencia.



fuego fuerte

fuego suave

3 Por consiguiente, la cocción es más económica, ahorra energía, requiere menos agua y es más rápida. En definitiva, conseguimos un sabor más intenso y saludable de los alimentos.

