

29 Ιουνίου 2014

Το πιο αποτελεσματικό tip για να μην κολλά το φαγητό στο τηγάνι!

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Λατρεύετε να σοτάρετε υλικά στο τηγάνι για να τα προσθέσετε στα φαγητά σας, δεν λατρεύετε όμως τόσο όταν κατά το σοτάρισμα τα μισά κολλάνε πάνω στο τηγάνι και όχι μόνο καταστρέφονται αλλά δεν μπορείτε και να τα ξεκολλήσετε με τίποτα μετά; Η γνωστή λύση που χρησιμοποιούν πολλές μαγείρισσες είναι να προσθέτουν λίγο επιπλέον λάδι στο τηγάνι. Εδώ όμως υπάρχει ένα κόλπο.

Ναι μεν το λάδι βοηθάει στην συγκεκριμένη περίπτωση, πρέπει όμως να το ρίξετε με τρόπο και όχι απλά να περιχύσετε το τηγάνι με αυτό και να καταλήξετε με ένα λαδωμένο φαγητό που πάλι δεν θα τρώγεται.

Αντιθέτως, χρησιμοποιείτε μια μεταλλική σπάτουλα για να μεταφέρεται τα λαχανικά ή το κρέας στην μία πλευρά του τηγανιού και έπειτα γυρίστε το τηγάνι έτσι ώστε η άδεια πλευρά του να είναι πάνω από τη φωτιά. Ρίξτε σε εκείνη τη πλευρά το λάδι (1 με 2 κουταλιές της σούπας φτάνουν) και αφήστε το πρώτα να κάψει πριν μεταφέρετε το φαγητό ξανά σε όλο το τηγάνι. Το καυτό λάδι στο ζεστό τηγάνι θα δημιουργήσει μια λεία, αντικολλητική επιφάνεια που θα σας εξασφαλίσει το τέλεια σοταρισμένο φαγητό.

Πηγή: queen.gr