



Como usar correctamente tu hornillo eléctrico

Al elegir un horno es importante tener en cuenta:

Sus dimensiones, para saber si colocarlo sobre algún mueble o bien empotrarlo a la pared.

Son ideales para zonas donde la disponibilidad de gas está limitada.

Considerar que hay que reforzar la instalación eléctrica por el consumo puntual, pero el consumo total equivalente es similar al de un artefacto de gas (dependiendo la tarifa de cada zona).

Recordar: los artefactos eléctricos son más eficientes que los de gas, por ende, su tiempo de uso es menor.

La capacidad dependerá de la cantidad de comida a cocinar.

Usos e Indicaciones:

Para obtener un buen funcionamiento, los especialistas recomiendan prenderlo por primera vez en vacío (calentar sin alimento alguno) a 250°C, durante 30 minutos, para preparar las resistencias. Este procedimiento también se aplica para limpiar el interior, ya que las grasas se calentarán y podrás removerlas con un paño húmedo (dejar enfriar un poco antes de limpiar).

Cuando uses papel aluminio, ten cuidado de no tocar las paredes del horno para no maltratar el esmalte.

Sustituye las fibras duras, estropajos y detergentes abrasivos por paños humedecidos con agua de vinagre ó limón.

Usa bandejas propias para este tipo de horno (con esmalte o laca), aunque puedes introducir refractarios y utensilios de aluminio (son buenos retenedores de calor), es más recomendado el uso de bandejas o platos de color oscuro para obtener una cocción más uniforme e incluso obtener un dorado con mayor facilidad.

Deja enfriar tu horno con la puerta cerrada.

Puedes utilizar varias técnicas de cocción como baño María, gratinado, rostizado, asados, etc.

Las grasas de la carne se aprovechan mejor y consumes menos grasas procesadas, tu carne quedará más jugosa.

Antes de lavar tus accesorios con una esponja o fibra suave, déjalos remojando en agua con limón.

Coloca tu bandeja con tus recetas, lo más centrada que se pueda, para que la cocción sea más homogénea.

Puedes introducir varios platos sin que éstos mezclen sus sabores.

Apaga el horno 10 minutos antes del tiempo de cocción y con el calor residual termina el tiempo de cocimiento.

Usa la luz interior del horno para ver la cocción, evita abrir la puerta.



Como cocinar con tu hornillo eléctrico:

Los tiempos de cocción varían, dependiendo del alimento, pero podés tomar como referencia estas temperaturas:

Pescado: Un kilo lleva un horneado de 200°C y un tiempo estimado de 20 minutos.

Panadería o repostería: Usa temperatura de 160 a 180°C para biscochos, tartas y masas.

Hojaldre: Calienta a 220°C grados (la pasta tiene que estar fría y la bandeja ligeramente húmeda).

Gratinado: Utiliza la parte superior del horno a temperatura máxima y coloca la bandeja muy cerca a la fuente de calor. Deja hornear durante 5 minutos o hasta obtener un tono dorado.

Carnes: Te recomiendo sellar la carne antes de ponerla en el horno, así quedará más jugosa. No se recomienda realizar cortes, ya que los jugos de la carne tienen una vía de escape y puede quedar seca.

Verduras: Aplica un poco de aceite sobre éstas y usa una temperatura de 120 a 150°C en un tiempo estimado de 45 a 60 minutos.