

最近两年,有一种叫珐琅彩铸铁锅的东西火了,很多人在它的面前毫无抵抗力,甚至就连不会做饭的主儿,也可能抱回家一个铸铁锅。但是很多人却因为铸铁锅那高高在上的价格而果断打消了自己剁手的念想儿。在这个随便吃两顿饭几百元就没了的年代,很多人似乎对花几百甚至几千元买个锅很不解。其实一口好锅可以用个几年、十几年,甚至能当传家宝……

铸铁锅能传家?

■本报记者 刘畅

什么是珐琅铸铁锅?

珐琅其实就是咱们以前用的搪瓷锅,区别在于珐琅铸铁锅里面是厚实的铸铁,而搪瓷锅里面是较薄的铁或者铝。铸铁由于其本身较厚,重量很重,能够更好的保温,这就是铸铁锅和搪瓷锅最大的区别了。

铸铁锅有哪些不错的品牌?

世界上的锅具厂家有千千万,但珐琅彩铸铁锅做得好、有历史的没几家。

首先就是 Le Creuset 这个来自法国的知名厨具品牌,自 1925 年来,便以生产色彩丰富的铸铁珐琅锅具而闻名世界,它在欧美家喻户晓,在日本也大受欢迎,因而有“厨房中的 LV”的美誉。Le Creuset 锅具都是法国原装进口,来自法国北部小镇。锅具由 100% 生铁打磨而成,而且有防锈珐琅层,这使其拥有持久的保温、良好的密封性能,从来带来回味无穷的烹饪享受。

双立人旗下的 Staub 锅具诞生于法国东北部阿尔萨斯,该地是法国最著名的鹅肝酱发源地,也是法国最顶级的白葡萄酒产区。锅具采用优秀的铸铁材料,这种材料具有热胀冷缩幅度小、传热迅速、长效保温、坚固耐用等明显于其他金属材料的优势。2008 年,Staub 加入德国双立人品牌旗下,所以在之后的 Staub 包装上,有双立人的品牌 LOGO 出现。

创立于 1896 年的美国 Lodge 公司有着百年历史,旗下产品在北美有着不错的口碑。如果说有珐琅层的铸铁锅的代表是法国的 Le Creuset 和 Staub,那么无珐琅层的铸铁锅的代表品牌就是美国的 Lodge 了。Lodge 同样有珐琅铸铁锅,相对于前两者高昂的价格,Lodge 就平易近人了许多,对两位高富帅锅下不去手的消费者,Lodge 不失为一个很好的选择。

铸铁锅比普通锅到底好在哪里?

铸铁锅本身的特色是厚、重,用在烹饪过程中的好处就是导热和受热比较均匀,而且保温性比较好。同时既可以上明

火,又可以进烤箱。对于习惯烤箱烹饪的外国人来说这一点也挺重要的,所以铸铁锅在国外比较流行也是有原因的,直接在火上煎一下牛排之后再连锅端进烤箱烤,那个感觉还是挺爽的。

此外,铸铁锅的密封性好,主要体现在煲汤不容易流失水分,这样能保证更加原汁原味。其实和高压锅在做一些菜的时候也是有点类似的,所以很多人觉得铸铁锅熬汤、煲粥、炖肉的效果很好。而且比高压锅强一点的是,高压锅虽然能够把食材快速压得软烂,但是对于食材和调料的味道倒是没有彻底发挥出来。铸铁锅就不需要这么麻烦,直接在锅里一直炖煮就行。当然它也没有高压锅的效果那么快速,炖煮啥的时间还是会会长一点。

最后,就是保温性好。试想连锅端上桌的时候还是非常温热状态的菜肴,还是比较让人有胃口的。而且在做菜的时候也不需要一直熬煮特别久,可以利用保温性好这个特性来做一些节能的操作,比如煮一下然后关火焖。

黑珐琅和白珐琅的区别是什么?

很多想要买铸铁锅的人在做功课的时候都会发现有黑珐琅和白珐琅之说,Le Creuset 的锅大多是白珐琅,Staub 的锅全部是黑珐琅,大家就有疑问了,到底是买白珐琅好?还是买黑珐琅好?

白珐琅的特点是喜水,白珐琅的表面光洁细腻,适合煮、煨之类带汤水水的菜品,平时不用刻意保养,只要注意锅身与锅盖接触的边缘处涂层薄油,防止氧化生锈即可。黑珐琅的特点是喜油,黑珐琅的表面有许多毛细孔,需要用油来养锅,所以适合煎炸炖煮炒菜用,平时用完需要小火烤干、抹油保养。但养好锅后,锅身表面会油光发亮,就再也不会粘锅了。简单来说就是白珐琅炖汤、黑珐琅炖炒,两者功能不同,无法相互对比。

价格那么贵,哪种锅最实用?

铸铁锅的款式林林总总,很多锅型都很好看,但是都买下来,一套的价格怎么也得上万了。所以,买最实用的的就好。小记从产品手册中,可以看到如下几个品种。

Skillet 平底煎锅

最普通的平底锅,理论上煎啥都可以,实用性很广泛,也是广大家庭必备的。

Grill Pan 平底烧烤锅

带纹路的平底锅,利用铸铁锅的特性,

把它加热到温度非常高,然后煎个牛排,锁肉汁的效果很好哦,煎出来的牛排纹路非常漂亮,看了就让人食欲大增。但实用度一般,除了煎牛排、鸡排,想不出其他功能了。

Dutch Oven 炖锅

三个著名铸铁锅品牌都有的最经典炖锅,法国人叫这种款式为 French oven,美国人习惯叫 Dutch oven,日常使用最多的锅,基本上炖肉、煲汤都可以,煎



炸炖煮,一锅在手天下我有。除了经典的圆形,还有其他形状的异形锅,如椭圆形、花形、心形、南瓜形、小猪形等,简直要激发人们所有的购买欲,让你买了一个还想买下一个。

Braiser 海鲜锅

这个锅的特点在于锅身和锅盖拥有差不多的高度,做西餐必备,什么西班牙海鲜饭、意大利烩饭、炖饭、焗饭等都不错,但由于太浅了,不符合国人的饮食习惯,针对中餐实用度不高,不过也可以当平底煎锅用。

SoupPot 深烧锅

底部为圆弧形的深烧锅,虽然命名为深烧锅,但实际高度并不高,适宜炒制菜品,圆弧形的底部有利于热气循环,实用

度还是很高的。如果只想买一口珐琅锅,小记也很推荐买黑珐琅深烧锅,底部特有的弧度又可以当炒锅,又可以煎炸炖煮。

StockPot 汤锅

这就是人们常说的搪瓷锅了,很多人觉得珐琅铸铁锅就是我们小时候用的搪瓷锅,其实并不是。一般汤锅内芯不是铸铁材质,重量相对于铸铁锅要轻很多,贵在高度深,平时用来熬汤底、下个面条、煮个饺子,都不错。价格相对于铸铁锅要便宜许多,但个人觉得与普通搪瓷锅区别不大,不差钱的可以买个外观。

Saucepan 小奶锅

尺寸较小的单柄小奶锅,从英文名就可以看出它的用途,用来熬酱汁、煮牛奶、煮泡面是极好的。

铸铁锅还用保养吗?

当然!所有锅具都需要保养,只要保养得当才能发挥锅具的全部本领,延长使用寿命。当然了,铸铁锅的保养相对于其他锅具来说,还是比较简单省心的。

白珐琅不用经过开锅程序就能使用,买回来热水清洗一下表面的灰尘,之后用百洁布沾苏打粉擦擦,再用热水清洗即可。有时候不小心糊锅了,也可以用热水浸泡,再用苏打粉来擦擦,擦不干净时用苏打水泡一个晚上,第二天擦洗即可。使用完只要擦干锅内水分,小火烘干即可,特别讲究点的可以在锅缘处没有珐琅涂层的地方抹层薄油,防止生锈。

黑珐琅虽然比较实用,但打理起来也相对要复杂点,由于黑珐琅表面有细小的毛细孔,所以建议不要使用洗洁精等化学制剂来进行清洗。比如本来养得好好的锅,毛细孔都被油脂浸没形成不沾层了,你一个洗洁精一洗前功尽弃。其次洗洁精的化学成分可能会被毛细孔吸收,残留在锅内,得不偿失。

针对黑珐琅的锅,拿到铸铁锅后,

先用清水洗净表面的灰尘,之后还是用苏打粉擦洗干净;然后把锅放在炉上用小火低温加热烤干关火,把食用油滴入锅内,薄薄的涂满整个锅内,开小火低温加热 2 至 3 分钟;养好了之后用植物油清炒绿叶菜,不要放盐等调味料,炒过的绿叶菜扔掉即可;用面粉把油脂吸干后用清水冲干净,就可以直接使用了;用完之后不用时最好小火烘干后干燥处存放待用;养好后的锅,表面会有自然形成一种光滑层的感觉,使用的时候热锅倒油,就不会粘锅了。

而针对无法珐琅层的普通铸铁锅,开锅程序和黑珐琅一致,炒盆青菜就行了。但由于普通铸铁锅没有珐琅涂层隔绝外部空气,需要好好伺候,如果不经常使用,非常非常容易生锈。所以每次使用完必须小火烤干后抹层薄油,在干燥处存放。

如果不幸生锈了,可以用醋酸法,先把锅烧热,关火,用抹布沾些白醋,直接擦拭生锈部位即可,一般铁锈都可以去除。然后继续烤干、抹油、存放待用。