

Instrucciones para Cocinar al Vapor: Extracción de grasa de la carne



Generalmente, comprar carne molida con un alto porcentaje de grasa es menos costoso por kilo, pero rinde menos carne. Sin embargo, puede ahorrar dinero con la carne molida más barata si la cocina al vapor con las cestas culinarias Saladmaster®. Las cestas culinarias son excelentes para extraer la grasa de la carne molida, el pollo o el pavo.

Use el tamaño adecuado de cacerola y cesta culinaria para la cantidad de carne a la que le extraerá la grasa:

Siga estos pasos simples para eliminar el exceso de grasa cuando cueza carne molida para sus recetas favoritas:

Cacerola de 2,8 L (con cesta pequeña)	Asadera de 6,6 L (con cesta grande)	Asadera de 9,5 L (con cesta grande)
1 taza (240 mL) de agua en la cacerola de 2,8 L y 454 a 908 g de carne molida en la cesta pequeña	No se recomienda para extraer la grasa de carnes	1 taza (240 mL) de agua en la asadera de 9,5 L y 1,8 a 2,27 kg de carne molida en la cesta grande

Con la guía anterior, agregue la cantidad adecuada de agua a la cacerola o asadera que utilizará. No se exceda con el agua en la cacerola o asadera, ya que esto dará espacio para que la grasa escurra de la carne a través de la cesta de malla hacia el agua de abajo.

Coloque la cesta culinaria dentro de la cacerola o asadera con agua y tápela.

Coloque el ajuste de temperatura en fuego medio alto y hierva el agua vigorosamente, aproximadamente de 3 a 5 minutos para la cacerola de 2,8 L y de 5 a 7 minutos para la asadera de 9,5 L. Destápela y coloque la carne molida cruda en la cesta culinaria.

Tape y cocine al vapor durante aproximadamente 3 a 4 minutos;

destape y revuelva suavemente la carne con una cuchara larga para permitir que el vapor alcance la carne sin cocer. El acero de la malla es muy duradero, pero tenga cuidado de no perforar el acero con los utensilios.

Tape y cocine durante otros 3 a 4 minutos o hasta que la carne esté completamente dorada. El tiempo de cocción puede requerir una cocción al vapor más prolongada para 0,91 a 1,36 kg de carne.

Cuando la carne se ha dorado, coloque las asas de la cesta culinaria y agite para retirar el exceso de líquido sobre la cacerola; luego, vierta la carne en un recipiente grande. Use la carne con alguna receta o permita que se enfríe durante 10 minutos y almacene en el refrigerador para usarla después.

Consejos de limpieza: Coloque la cesta culinaria boca abajo en un lavaplatos vacío. Con un rociador de agua, rocíe la cesta culinaria desde afuera hacia adentro con agua caliente. Esto permitirá eliminar la mayor parte del escurrimiento de la carne. Aplique una cantidad generosa de jabón lavalozas líquido al cepillo de limpieza Saladmaster® y frote la cesta culinaria para eliminar la mayor parte de las partículas restantes. Lave minuciosamente en agua tibia con jabón, enjuague y seque, o bien, coloque la cesta culinaria en el lavavajillas.

Valoración:

