

LE PENTOLE BIONATURAL

dalla terra al fuoco

RICETTE E CONSIGLI PER L'USO

Dall'argilla rossa e dalla pietra refrattaria nascono le pentole Bionatural, evoluzione contemporanea di una tradizione artigianale che si perde nei secoli della Castiglia.

Partendo da elementi naturali ed originari delle terre di Spagna è oggi Ramon Garcia Casado l'artigiano che sa donare nuova forma ad un'esperienza millenaria, creando pentole, tegami, pirofile e piastre adatte ad una cucina sana ed equilibrata.

Antichi procedimenti ed esigenze contemporanee si mescolano ed armonizzano in una produzione attenta e accurata.

INTRODUZIONE

Abbiamo realizzato questo opuscolo per completare le informazioni sulle pentole Bionatural - già esaurientemente presentate nella scheda delle istruzioni e nel depliant con le fotografie - con avvertenze, consigli, ricette ed applicazioni pratiche che hanno l'obiettivo di rendere più facile l'uso soprattutto a chi non ha mai cucinato nella terracotta.

Non è quindi precisamente una raccolta di ricette, ma piuttosto un manuale d'uso delle pentole Bionatural e l'ordine in cui le leggerete non è quello delle portate di un pasto o una cena, ma è funzionale all'utilizzo di tutti i modelli di pentole della linea.

Per questo motivo le ricette proposte sono volutamente molto semplici e, appartengono al "filone" dell'alimentazione naturale, biologica e vegetariana, ma in realtà attingono molto dalla classica cucina casalinga di ogni regione e, come riportato nelle ricette stesse, sarà facile sostituire l'ingrediente vegetale (seitan e/o tofu) con carne o pesce per rendere le ricette fruibili da tutti.

CONSIGLI PER UN MIGLIORE UTILIZZO

Le pentole Bionatural danno i loro risultati migliori nelle cotture lunghe e lente tipo zuppe, passate di pomodoro, cereali e legumi e marmellate. Il cibo viene cotto in maniera più graduale ed omogeneo rispetto agli altri materiali dove la cottura avviene principalmente sul fondo.

Quando cucinate con le pentole Bionatural utilizzate sempre mestoli e posate in legno: il gusto delle ricette non sarà alterato dal metallo e non rischierete di rovinare la pentola

IMPORTANTE: le pentole assorbono il calore e restano calde anche dopo avere spento il fuoco, quindi negli ultimi 5/10 minuti di cottura dovete valutare quando è il momento più adatto per spegnere il fuoco e portare a termine la cottura sfruttando il calore già accumulato.

LE RICETTE

Tutte le ricette (tranne dove segnalato) sono per 4 porzioni.

Gli ingredienti che servono da condimento o guarnizione non riportano la quantità perché lasciamo a chi cucina la possibilità di sperimentarla in base ai propri gusti.

Sotto il nome di ogni ricetta abbiamo riportato il modello di pentola Bionatural più adatto. Se ne possedete un altro modello e volete provare quella ricetta fatelo: siamo sicuri che, con un po' di esperienza e fantasia otterrete degli ottimi risultati.

IMPORTANTE: i tempi riportati nelle ricette potrebbero avere bisogno di qualche variazione in fase pratica perché le pentole Bionatural sono un prodotto molto artigianale e ogni pezzo dello stesso codice ha dimensioni, peso, spessore, colore leggermente diverso da un altro. Di conseguenza si possono avere risultati diversi in cottura soprattutto per quanto riguarda i tempi di riscaldamento dopo l'aggiunta di ingredienti freddi.

Zuppa di zucca (o di cipolle di Tropea)

Pentola Bionatural adatta: Pota a base 25 cm RAM 303

Ingredienti: 600 g di patate, 1 cipolla per il soffritto iniziale, 800/1000 g di zucca oppure 4 cipolle di tropea, 1,5 lt di brodo di verdure caldo, olio e.v. di oliva, sale, tamari salsa di soia (facoltativo), panna (o panna di soia).

Cuocere la cipolla con l'olio e.v. di oliva per 5 minuti, aggiungere il brodo assieme alla zucca (o le cipolle di tropea) e le patate tagliate grossolanamente. Lasciare cuocere per circa 1 ora a fuoco moderato, frullare il tutto e salare, condire con tamari (facoltativo), la panna (o panna di soia) a piacere. Servire con dei crostini di pane.

Minestra di farro

Pentola Bionatural adatta: Pota a base 25 cm RAM 303

Ingredienti: 200 g di farro decorticato, 400 g di patate, 100 g complessivi di fagioli neri, lenticchie, piselli (secchi da mettere a bagno una notte), 3-4 foglie di bietola, 1 carota, 1 gambo di sedano, 1 cipolla, basilico, olio e.v. di oliva, sale, pepe.

Tritare bietola, carote, sedano e cipolla e fare un soffritto con alcuni cucchiaini di olio. Aggiungere le patate tagliate a dadini, i legumi e il farro, 2 lt di acqua e far cuocere mescolando per 50 minuti. Salare e pepare e dopo pochi minuti spegnere il fuoco. Aspettare 10 minuti e servire con olio crudo e foglie di basilico fresco.

Cottura della pasta

Pentola Bionatural adatta: Tegame a base 30 cm RAM 306

Scaldare la pentola con l'acqua per 15 minuti a fiamma viva, portare a forte ebollizione, aggiungere il sale e la pasta. Far cuocere il tempo necessario (come segnalato sulla confezione della pasta). Scolare e condire a piacere, anche se, provare per credere, la cottura nelle pentole Bionatural rende la pasta così buona che sarà sufficiente un filo di olio!

Cottura della polenta (classica)

Pentola Bionatural adatta: Tegame a base 25 cm RAM 305

Ingredienti: 200-250 g di farina di mais, sale, acqua.

Versare l'acqua nel tegame e portarla ad ebollizione, regolare il sale, versare la farina, mescolando per non formare grumi e cercando di ottenere un impasto della densità desiderata. Cuocere per 50 minuti mescolando spesso. A cottura ultimata versare subito sul tagliere o piastra RAM 328 o il piatto di portata Bionatural RAM 324.

Cottura della polenta (ad assorbimento)

Pentola Bionatural adatta: Tegame a base 25 cm RAM 305

Procedere come sopra, ma dopo avere aggiunto la farina (regolare la quantità di farina per ottenere un impasto morbido) riportarla ad ebollizione mescolando spesso. Dopo 3-4 minuti spegnere e lasciare riposare col coperchio per 60 minuti.

Stufato di carote e zucchine

Pentola Bionatural adatta: Tegame a base 25 cm RAM 305

Ingredienti: 1 cipolla affettata, 4 carote medie tagliate sottili per lungo, 2 zucchine tagliate sottili per lungo, ½ peperone dolce tagliato sottile per lungo, 2 spicchi d'aglio a fettine, 1 rametto di rosmarino, semi di sesamo, sale, prezzemolo.

Ammorbidire cipolla e carote con poca acqua nel tegame, aggiungere le zucchine e il peperone, il rosmarino, il sesamo e l'aglio. Cuocere a fuoco vivo per qualche minuto poi abbassare. Cuocere a fuoco lento con coperchio per 15-20 minuti. Controllare che non si attacchi e, se serve, aggiungere poca acqua. Regolare il sale e servire.

Umido con piselli

Pentola Bionatural adatta: Tegame a base 20 cm RAM 304

Ingredienti: 1 cipolla affettata sottilmente, 200 g di piselli freschi, 300 g di carne per umidi o seitan,

olio e.v. di oliva, passata di pomodoro, sale, foglie di basilico.

Soffriggere la cipolla con l'olio nel tegame, aggiungere i piselli e insaporirli per alcuni minuti. Unire la carne (o il seitan) a pezzetti, il pomodoro e il sale. Stufare per 15 minuti (25 per la carne) a tegame coperto. A fine cottura insaporire col basilico.

Sugo di pomodoro

Pentola Bionatural adatta: Casseruola a base 16 cm RAM 307

Ingredienti: 5/6 pomodori da sugo sbucciati e tagliati a pezzi, 1-2 spicchi d'aglio, ½ bicchiere di vino bianco, olio e.v. di oliva, 1 rametto di rosmarino, sale.

Soffriggere per 1-2 minuti l'aglio con l'olio nella casseruola, aggiungere il vino e lasciare evaporare per alcuni minuti, aggiungere i pomodori e il rosmarino e cuocere con il coperchio per 20 minuti circa.

Cottura base dei cereali

Pentola Bionatural adatta: Casseruola a base 25 cm RAM 309

Ingredienti: 1 tazza di riso integrale (70 g a persona), 1,5-2 tazze di acqua (variabile a seconda della qualità del riso integrale), sale.

Riscaldare la casseruola con l'acqua ed il riso integrale precedentemente lavato. Coprire la pentola e portare ad ebollizione, Dopo 1 o 2 minuti spegnere la fiamma lasciando il coperchio. La pentola mantiene il calore per circa 50 minuti dando così la possibilità ai cereali di assorbire completamente l'acqua e cuocersi.

I cereali integrali o decorticati come farro, orzo, e avena richiedono lo stesso trattamento.

Questa modalità di cottura ad assorbimento si può utilizzare anche con riso semintegrale, quinoa, amaranto, grano saraceno e miglio dimezzando la quantità d'acqua richiesta.

Per gli altri i cereali semintegrali, perlati o bianchi versare nella pentola calda una tazza di cereale con 1,5 tazze di acqua, portare ad ebollizione, salare abbassare la fiamma e cuocere col fuoco acceso fino ad assorbimento totale dell'acqua.

Cottura base dei legumi

Pentola Bionatural adatta: Casseruola a base 20 cm RAM 308

Ingredienti: 100-120 g di fagioli borlotti secchi (o altro legume), 5 cm alga kombu o un pizzico di semi di finocchio (non è indispensabile, ma facilita cottura e digestione), sale.

Mettere i legumi in ammollo per una notte e buttare l'acqua. Versare nella casseruola acqua pari a 3 volte il volume dei fagioli, i fagioli stessi e la Kombu o i semi di finocchio. Portare a ebollizione, abbassare la fiamma e cuocere col coperchio per 50/60 minuti. Gli ultimi 10 minuti aggiungere il sale. Con un po' di esperienza si riesce a regolare quantità d'acqua e tempo in modo di concludere l'assorbimento del liquido in contemporanea con il grado di cottura

desiderato. Provate a cuocere in questo modo tutti i tipi di legumi (fagioli neri e rossi, cannellini, lenticchie e ceci, azuki e soia verde), ma ricordatevi che ogni legume avrà bisogno di acqua e tempi in quantità diversa. Alla fine della cottura servite caldi o freddi con condimenti a piacere.

Lenticchie verdi alla mediterranea

Pentola Bionatural adatta: Casseruola a base 20 cm RAM 308

Ingredienti: 200 g di lenticchie verdi grandi secche, 1 cipolla, 4 cm di alga Kombu (non è indispensabile anche se facilita cottura e digestione), 1 spicchio di aglio, 2 pomodori pelati, olio e.v. di oliva, origano, salsa di soia (shoyu o tamari) oppure aceto balsamico.

Lasciare in ammollo le lenticchie e l'alga per una notte e poi buttate l'acqua, soffriggere cipolla e aglio con l'olio e l'origano nella casseruola. Versare le lenticchie con acqua rinnovata sufficiente a coprirle, portare a ebollizione, abbassare la fiamma, cuocere con coperchio per 20 minuti controllando che l'acqua non asciughi completamente. Poi unire i pomodori pelati e continuare la cottura per altri 20-25 minuti. Condire con olio e insaporire con salsa di soia (oppure sale e aceto balsamico).

Risotto con carciofi

Pentola Bionatural adatta: Casseruola a base 25 cm RAM 309

Ingredienti: 400 g riso bianco per risotti, 1 lt di brodo caldo vegetale o di carne, 1 porro tritato, 50 g di burro, 300 g di carciofi freschi o surgelati o conservati al naturale, olio e.v. di oliva, grana grattugiato (facoltativo), sale prezzemolo tritato, aglio.

Fare imbiondire il porro con olio e burro nella casseruola. Aggiungere i carciofi tagliati fini e l'aglio, soffriggere alcuni minuti, togliere l'aglio e aggiungere il riso. Quando il riso è tostato, aggiungere il vino e lasciare evaporare. Aggiungere il brodo (molto) caldo un poco alla volta e mescolare spesso. Dopo 12-15 minuti spegnere la fiamma: la cottura continua per effetto del calore accumulato, continuare a mescolare per altri 5 minuti ed aggiungere poco brodo caldo se serve. Aggiungere il grana (facoltativo) e lasciare riposare alcuni minuti, guarnire con un trito di prezzemolo e servire.

Timballo di miglio e patate

Pentola Bionatural adatta: Pirofila quadrata RAM 313

Ingredienti: 2 tazze di miglio cotto (vedi ricetta base dei cereali), 7-800 g di purè di patate, olio e.v. di oliva, sale, parmigiano grattugiato (o lievito alimentare).

Ungere la pirofila (fredda) con olio, coprire il fondo con uno strato di miglio da 1,5-2 cm e ricoprire con altrettanto purè (eventualmente si può ricoprire con una manciata di carote, zucchine e cipolle grattugiate fini). Tenere in forno a 180° per 35-40 minuti e 15 minuti prima di togliere dal forno spolverare di parmigiano (5 minuti se usate il lievito alimentare).

Torta di pane raffermo

Pentola Bionatural adatta: Pirofila quadrata RAM 313

Ingredienti: 500 gr di pane raffermo (meglio se integrale), 1 lt di succo di mela (oppure acqua dolcificata con miele chiaro), 2 cucchiaini di farina di gr. Tenero, 100 g di uvetta passa ammollata in acqua per 2 ore, 150 g di fichi secchi, 150 g di noci e mandorle tritate, 2 mele grattugiate, buccia di limone (bio è meglio), cannella, sale.

Sbriciolare il pane e lasciarlo a bagno con il succo di mela per una notte. Aggiungere il resto degli ingredienti impastando con le mani, amalgamare e metterlo nella pirofila già calda dopo averla ben oliata. Cuocere in forno a 180° per 40 minuti.

Peperonata

Pentola Bionatural adatta: Pirofila tonda a base 22 cm RAM 316

Ingredienti: 4 peperoni rossi o gialli tagliati a listarelle, 6 pomodori maturi a pezzi, 1 cipolla a fettine, 2 spicchi schiacciati di aglio, 2 foglie di alloro, olio e.v. di oliva, sale, basilico.

Versare l'olio nella pirofila con la cipolla e l'aglio ammorbidendoli senza soffriggere a lungo. Unire l'alloro e i peperoni e cuocere per 15 minuti (aggiungere due cucchiaini d'acqua se rischia di attaccare), per ultimo i pomodori e il sale e cuocere a fiamma bassa fino a che si è ottenuto un composto denso. Guarnire con foglie di basilico fresco.

Orata al forno

Pentola Bionatural adatta: Pirofila ovale da 40 cm RAM 320

Ingredienti: 2 orate, 2 cipolle, 1 bicchiere di vino bianco, 1 limone, olio e.v. di oliva, sale, prezzemolo

Mettere la pirofila nel forno mentre questo si scalda.

Pulire il pesce e praticate tre incisioni e metterci una fetta di limone e una di cipolla.

Togliere la pirofila dal forno (con prudenza e le apposite presine), cospargere completamente il pesce di sale, adagiarlo nella pirofila. Aggiungere il rimanente della cipolla a pezzi ed il prezzemolo tritato. Unire olio e vino bianco e cuocere in forno a temperatura media fino a che la carne del pesce risulti tenera ma non sfatta. Potrete servire l'intingolo versandolo dal "beccuccio" della pirofila.

Seitan e tofu al forno con patate e rosmarino

Pentola Bionatural adatta: Paellera a base 30 cm Ram 321

Ingredienti: (per la ricetta classica sostituire il seitan e il tofu con pollo o coniglio) 150 g di seitan a pezzetti, 150 g di tofu a pezzetti, 500 g di patate a pezzi, ½ bicchiere (o più) di olio e.v. oliva, rametti di rosmarino e/o salvia, sale.

Mettere la pirofila nel forno mentre questo si scalda; quando è calda togliere la paellera dal forno (con prudenza e le apposite presine) e versarci dentro le patate (nella ricetta a base di carne, si inizia a cuocerla in questa fase) e condire con l'olio e il sale, il rosmarino o la salvia (o entrambi) e mescolare. Cuocere per 30 minuti mescolando spesso, aggiungere poi il seitan e il tofu, ed eventuale olio, mescolare e riporre nel forno per altri 15-20 minuti.

La stessa ricetta può essere cotta sulla fiamma; in quel caso sarà maggiore la quantità di olio da usare e la cottura di tutti gli ingredienti avverrà contemporaneamente.

Paella

pentola Bionatural adatta: Paellera a base 35 cm RAM 322

ingredienti: (questa è una paella vegetariana: per la ricetta classica aggiungere frutti di mare, gamberi, pollo) 2 peperoni rossi spellati a pezzi, 200 g di fagiolini a pezzi, 200 g di piselli freschi, 1 cipolla, ½ bicchiere di passata, 300 g di riso integrale, 1 bustina di zafferano in polvere, ½ bicchiere di succo di limone, brodo vegetale, olio e.v. di oliva, peperoncino rosso, sale.

Appassire con l'olio i peperoni, i fagiolini e i piselli nella paellera. Togliarli e far appassire la cipolla, aggiungere il riso e farlo insaporire per alcuni minuti, infine aggiungere il pomodoro. Dopo alcuni minuti di cottura unire le verdure appassite precedentemente, lo zafferano, il peperoncino, il succo del limone e il brodo (caldo) fino a raddoppiare il volume degli altri ingredienti. Mescolare, portare a bollire coprendo con un coperchio e cuocere lentamente senza mescolare per 30 minuti. Spegnerlo e senza scoprire lasciare riposare per altri 15-20 minuti.

Questa è una ricetta che richiede un minimo di esperienza: non scoraggiatevi se la prima volta non otterrete il risultato desiderato e riprovate.

Cottura alla piastra

pentola Bionatural adatta: Piastra a base 35 cm RAM 328

La piastra deve essere sempre scaldata molto bene prima di mettere gli alimenti.

La cottura ottenuta sarà come quella della piastra in metallo, ma non avremo quell'eccessiva tostatura sulla superficie considerata dannosa per la salute.

Il consiglio è di ungere la piastra nuova per le prime 3-4 volte di uso, un po' per volta si impara a conoscere il materiale e a farne a meno. E' fondamentale che la piastra sia ben calda prima di iniziare a cucinare

VERDURE: *cipolle, carote, radicchio, porri, funghi, zucchine*, melanzane*, zucca*, patate*, carote* (*ungere leggermente la piastra con l'olio).

Scaldare a fiamma viva la piastra vuota per 15 minuti, appoggiare le verdure tagliate a fette di uno spessore medio e dopo pochi minuti, abbassare la fiamma e girare spesso le verdure. Tutte le verdure possono essere cotte senza olio, ma se risultasse difficile ungere leggermente la piastra con olio .

FRUTTA: *pera e mela*

UOVA: ungete la piastra già calda e versate le uova, abbassate la fiamma. Qualche minuto dopo che si sono rapprese staccarle dalla piastra e girarle con una spatola.

FRITTATA: versare sulla piastra calda e unta l'impasto per la frittata di vostro gradimento, abbassare la fiamma. Dopo pochi secondi inizia a rapprendersi ed è necessario staccarla dalla piastra e girarla con l'aiuto di una spatola da cucina.

FRITTATA CON VERDURE AL FORNO: ungere la piastra calda e versare le uova sbattute in cui avrete incorporato sale, timo e verdure (zucchine, bietola,,,) tritate. Mettete nel forno caldo e quando la superficie si addensa abbassare il forno e cuocere altri 5/10 minuti, girare spesso la frittata.

TOFU: si può cuocere al naturale oppure dopo averlo tagliato a fettine e macerato per alcune ore in una salsa di olio (o shoyu o aceto balsamico), succo di limone, sale, origano.

SEITAN: al naturale o con un'acqua e salsa di soia (shoyu).

FORMAGGIO: sceglierne uno adatto a questo tipo di cottura, ma ungere sempre la piastra.

CREPES: con la ricetta tradizionale perché la ricetta vegetale senza uova o latte non viene, anzi se ci riuscite avvisateci

PIADINA E CHAPATI: scaldare molto bene la piastra, a seconda dell'impasto ungere con olio

PIZZA, FOCACCE, PANE NEL FORNO: procedete come fate normalmente, l'unica variante è che dovrete scaldare la piastra prima di stendere l'impasto e farcirlo

PIZZA, FOCACCE, PANE SUL FUOCO: è possibile solo coprendo la piastra con un coperchio a cupola in vetro (attenzione che non contenga piombo e che sia adatto alle alte temperature!).

Anche in questo caso la piastra va scaldata prima.

POLENTA GRATINATA: versare uno strato di polenta (non più alto di 1/1,5 cm) appena preparata sulla piastra già riscaldata e mettere in forno caldo. Gratinare fino a che sulla superficie si forma una crosta dorata e croccante (10/12 minuti).

Funghi trifolati

Pentola Bionatural adatta: Pentola con manico RAM 325

Ingredienti: 500 g di funghi freschi lavati e tagliati a fettine sottili, 2 spicchi di aglio, olio e.v. di oliva, prezzemolo, sale, salsa di soia shoyu (facoltativo).

Dorare alcuni minuti l'aglio con l'olio nella pentola, aggiungere i funghi, salare e saltare a fiamma viva. Aggiungere 1 cucchiaio di acqua e del shoyu (facoltativo), abbassare e lasciare cuocere con un coperchio per 20-25 minuti. Spegnerne il fuoco, regolare il sale, cospargere di prezzemolo e lasciare riposare altri 5 minuti.

Scaloppine di seitan con olive

Pentola Bionatural adatta: Pentola con manico RAM 325

Ingredienti: (per la ricetta a base di carne sostituire il seitan con fettine adatte) 8-10 fettine di seitan, 10-15 olive verdi denocciolate e tagliate a metà (oppure cavolfiore, carote, zucchine, cipolle etc), ½ bicchiere di succo di limone, farina, abbondante olio e.v. di oliva, sale.

Passare le fettine nel loro liquido di cottura (oppure sbattere 1 o 2 uova), infarinare e lasciare riposare. Scaldare la pentola vuota, aggiungere l'olio e farlo friggere, aggiungere le olive e cuocerle per 5/8 minuti. Toglietele dalla pentola e aggiungere una ad una le fettine, salarle, girarle e farle dorare bene. Man mano che si cuociono toglierle fino a che la pentola è vuota, se è stato assorbito, versare altro olio con il succo di limone e le olive. Aspettare che l'olio ricominci a friggere, spostare le olive sul bordo, rimettere le fettine nella pentola e insaporirle nell'intingolo girandole 1 o 2 volte. Se vi piacciono più secche lasciatele nella pentola a fuoco spento altri minuti altrimenti toglietele.

La stessa ricetta si può fare sostituendo le olive con altre verdure (vedi ingredienti).

La stessa ricetta si può fare sostituendo il seitan con fettine di carne o pesce adatti.

Piatto di portata con gratin

Pentola Bionatural adatta: Piatto di portata a base 25 cm RAM 324

Qualsiasi cibo freddo, oppure i vari componenti di un pasto cotti separatamente possono essere "abbinati" con un passaggio in forno: ad esempio, mettere nel piattone Bionatural riso integrale cotto secondo la ricetta base, lenticchie verdi alla mediterranea e stufato di verdure; l'importante è che il piattone sia caldo perché manterrà caldo il cibo per parecchio tempo. Si può anche approfittare della passata in forno per "gratinare" con una spruzzata di olio e.v. di oliva (o salsa di soia o aceto balsamico) sopra una spolverata di parmigiano o di pane grattugiato, aglio e prezzemolo o semi di sesamo o lievito alimentare.

Piatto di portata monodose

Pentola Bionatural adatta: Pirofila tonda a base 9 cm RAM 314

Scaldare le pirofiline vuote e versarvi la singola porzione di zuppa calda o di riso integrale o di una salsa per accompagnare le pietanze.

Caldarroste

Pentola Bionatural adatta: Pentola per castagne a base 25 cm RAM 301

Versare le castagne con un taglio nella buccia nella pentola ben calda, scuotere energicamente ogni 3-5 minuti e cuocere per 15-20 minuti. Quando la buccia sarà secca (con questa pentola non si brucia come con la piastra di metallo forata) e si staccherà dalla polpa le castagne saranno pronte.

Se ne avete la possibilità sperimentate la castagnera sul fuoco vivo di legna...

ULTIME, MA NON MENO IMPORTANTI, AVVERTENZE:

Le pentole Bionatural richiedono tempi leggermente più lunghi delle pentole in metallo, ma consentono un maggior rispetto delle qualità nutrizionali dell'alimento, restituiscono al cibo i suoi sapori naturali ed non alterano il gusto come succede col metallo

- si usano senza spargifiamma perché sono molto resistenti agli shock e alle sollecitazioni termiche
- si possono usare sulla fiamma del fornello a gas e nel forno, ma anche sul fuoco di legna o sulla piastra della cucina economica
- essendo prodotte in materiale refrattario accumulano calore e lo mantengono a lungo, vanno quindi usate con cautela come un qualsiasi altro accessorio da utilizzare sul fuoco
- toccatele con le apposite presine (soprattutto quando le togliete dal forno dove la temperatura è molto elevata)
- non appoggiatele su superfici che potrebbero essere danneggiate dal calore (metallo verniciato, plastiche, legno -anche se laminato-, altri materiali infiammabili...) e se le portate in tavola utilizzate sempre un sottopentola adatto a proteggere il tavolo dal calore
- Non fate sporgere la loro base dalla piastra in acciaio di

qualsiasi piano cottura state usando perché il forte calore accumulato potrebbe surriscaldare le parti della cucina attigue al piano cottura stesso.

- dopo averle lavate, prima di riporle nell'armadietto fatele asciugare bene per evitare che si formi muffa o odore di terra.