

大冷天,冷冻食材化冻太耗时

千元解冻板与普通铁锅效果差不多

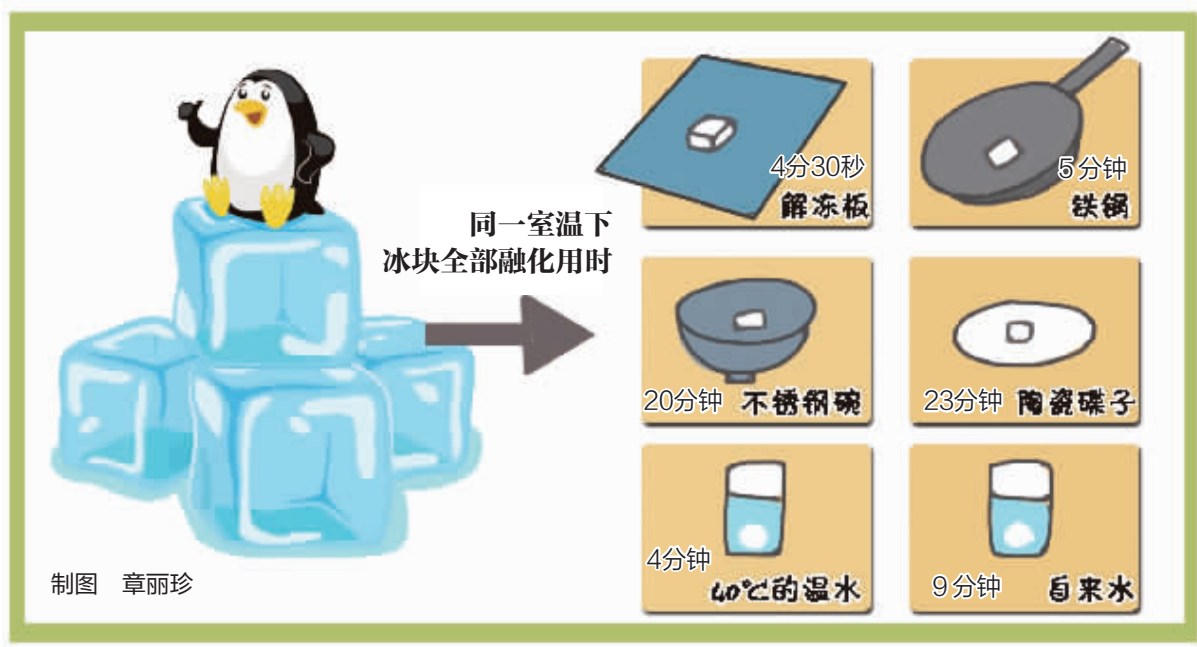
烹饪专家:推荐用35℃温水解冻,不建议微波炉解冻或放盐放醋



对很多主妇来说,冬天解冻冷冻的食材,是件麻烦事。微波炉解冻、热水解冻、凉水解冻、自然解冻,都有利弊。

昨天,在宁波研发园上班的张先生打进本报热线:“我老婆花300元买了个解冻板,说不用插电,解冻食材能比日常快8倍。听说这个产品最近挺流行。”

解冻板真有那么神奇?专家怎么看?解冻食材,烹饪大师们又有什么窍门呢?



新鲜事

解冻板号称8倍化冰速度

记者随后赶到张先生家中,见到了这块解冻板。

不需要连接电源,只一块方方正正的黑色金属板,厚度和家里的盘子差不多,大小和两个iPad相仿。

张先生的妻子李女士说:儿子爱吃牛排,基本上每晚都要把冷冻的牛排化冻。天气冷了,下班化冻来不及,微波炉解冻会解过头,泡水里怕口感不好。听说有这个解冻板,就在进口商品店买了。

解冻板的包装上写着“约8倍化冰速度”,这还是和室温20℃~25℃下的自然解冻相比较的。说明书写着:采用一体成型HDF高密度航空合金,可实现高速热交替,使用时把需要解冻的食物平铺在解冻板上就可以。

“试过吗?怎么样?”记者问。

“试过,像解冻牛排的话,比我放盘子里解冻明显要快些。不过,宁波现在的天气,快8倍速度肯定是没有的。”李女士说。

记者在淘宝上,发现了林林总总的解冻板商品,甚至有水槽卖家也称水槽上已自带解冻板。解冻板的售价则从每块20多元到1000多元不等,生产厂家也不同。有意思的是,20多元的称有9倍化冰速度,比一些1000多元的化冰速度还快。

有卖家告诉记者,解冻板之前就有过,今年特别流行,可能跟网络推广有关。购买的以年轻人居多。他分析,新奇的厨房产品对不经常下厨的年轻人反而更有吸引力。

专家说法

宁波工业技术研究院材料技术研究所副所长、博士生导师许高杰说,解冻的原理通俗地说,是把热源的热量通过介质传递到需要化冻的食材上。解冻的快慢,一是看热源提供的能量,二是看介质的导热能力。

热源提供的能量热量充足,解冻就快。因此,放热水、温水里解冻比放凉水里快。

解冻板材料实际上是铝合金

介质的导热能力,和介质的导热系数、面积有关,导热系数越高,面积越大,导热也越快。“因此,在热源一致、同一温度下化冻,介质的导热系数越高,解冻自然也越快。”许高杰说,常见的金属材料中,银导热系数最高,其次为铜、金、铝等。

记者检索了解到,导

热系数以W/mK为单位,银为429,铜为401,金为317,铝为237,铁为80,锡为67,铅为34.8。而钻石导热系数遥遥领先,高达2300。金属材料的导热系数较大,固体非金属材料导热系数较小,气体的导热系数最小。

许高杰说:“解冻板使用的HDF高密度航空合金,本质上就是铝合金,之所以普遍选用

铝合金材料是有道理的。金、银、铜虽然导热性能好,但价格也高,而纯铝的硬度不够,显然铝合金更合适。”

“我在家解冻食材,一般会随手放在铁锅里。这比放在陶瓷餐具、不锈钢容器里要快,也方便。如果赶时间,有时也用微波炉,但要注意不能解冻过头。”许高杰说。

35℃左右温水解冻最适宜

“解冻板,我也是第一次听说。”全国烹饪大师、国家级烹饪评委、烹饪高级技师徐平平说,无论是工作还是生活中,都经常需要把食材化冻。自然解冻、凉水解冻、温水解冻、热水解冻、微波炉解冻、锅中小火加热解冻、水中放盐放醋解冻这些方法,他都用过,也尝试过一些坊间的偏门方法。

他有什么心得呢?

“考虑口感的话,最好是自然解冻。比如,提前一个晚上把食材从

冷冻层放到冷藏层来化冻,气温不高的时候直接放在空气中解冻。若综合考虑时间和口感的话,则推荐用温水解冻,水温最好在35℃左右。”他提醒,夏天直接放外面自然解冻的话,时间不要过长,以免细菌滋生、食材腐败。

可以用热水泡吗?“不可以。热水解冻的速度比温水解冻快,但往往外表一层都熟了。比如,拿热水来解冻冷冻的牛肉,外面一层肉就熟了,颜色也变了,口

感也差了,单是为了追求速度,得不偿失。”

泡水会影响口感吗?徐平平认为:“对大多数食材来说,并不明显。像牛肉、猪肉,哪怕没有冷冻过的,我们都会特地泡在水里。比如做尖椒牛柳的话,会特地在水里泡上半天,这样,颜色、肉质都更好。不适合直接接触水的食材,可以放在密封袋或盒子里,泡在水里解冻。”

“我个人最不赞同用微波炉解冻。主要是容易内外层加热不均匀,

甚至外面这层已经熟了,里面这层还冻得硬邦邦;其次是能耗大,而且对营养、口感都不好。”徐平平说。

采访中,不少主妇提到会在水中放勺盐或搁一勺醋来解冻,据说速度快,且不易滋生细菌。徐平平说:“我们都特意试过,速度差不多,口感不行。醋会破坏食材本身的纤维结构,肉质变松,没有嚼劲。而烹饪对放盐的时间很有讲究,解冻时就放盐,会影响口感。”

小实验

温水解冻功力最强
解冻板远胜陶瓷、不锈钢容器

记者特地做了个家庭简易小实验。

先在冰箱冷冻格,取出6块规格一致的冰块。

随后,用镊子分别取一块冰块放在解冻板、铁锅、不锈钢碗、陶瓷碟子、一杯40℃的温水、一杯水龙头接出的自来水中,在同一室温下进行自然解冻。

结果,发现不同材质、不同介质的容器,直接影响了冰块的解冻速度。

温水里的冰块解冻最快,4分钟后已经全部化

成水。

解冻板上的冰块,4分30秒全部融化,速度排在第二位。

铁锅里的冰块融化速度,紧随其后,为5分钟。

凉水、不锈钢、陶瓷碟里的冰块,则分别在9分钟、20分钟、23分钟后全部融化。

看起来,解冻板的解冻功力的确有一些,比铁锅、不锈钢等容器是要好一些。但仅从冰块融化的家庭小实验看,效果还不如温水。

温馨提示:

- 1.按每次用量分袋冷冻保存。比如,一次买好肉,打算吃3次,就切好后,分3袋保存。
- 2.肉馅等在冷冻保存前最好先拍扁,增加表面积,能节约不少解冻时间。
- 3.不是所有食材都需要解冻后再烹饪。比如,点心类、腌制过的牛排、需要油炸的食材,往往不化冻,直接烹饪口感更好,也更容易操作。
- 4.不一定要完全解冻后再切、再烹饪。比如肉类,还有点硬度的时候切能切得更规整,烹饪后口感也更好。

记者 王颖