


5.2.9.2 Stoompot en wok



Al 6.000 tot 7.000 jaar geleden, tijdens de regering van keizer Qianlong van de Qing Dynastie maakte pottenbakker Yang Li in Jianshui een stoompot  met een holle buis in het midden. Vergelijkbaar met een aardewerk cakevorm (met een gat of schoorsteen in het midden).




Hierin werd 'qiguoji' of 'kippenstoompot' (Qi Guo Ji, Steam Pot Chicken 汽锅鸡)

gemaakt, nog steeds een bekende culinaire specialiteit in de provincie Yunnan.

De onderkant van de pot is een beetje conisch, zodat hij altijd op een andere ketel (met daarin water) past.

Figuur 53 Stoompot

Voordelen t.a.v. gekende hedendaagse stoomketels 

ze zijn makkelijker te onderhouden omdat er slechts 1 centrale opening is i.p.v. tientallen gaatjes,



de smaak (kruiden) en voedingswaarde van gerechten blijft beter behouden omdat die niet weglekken door de vele gaatjes in de bodem of mand,

je kan er ook soepen, sauzen, fruit of ragout in stomen.

Ook nog te vinden als campingoven (of wonderpan Omnia): draagbare oven zonder eigen warmtebron. Zet hem om een kooktoestel of andere warmtebron, en je hebt een oven (of droge stoompot). Roestvrij stalen onderstel, aluminium bakvorm en een rood afgelakte deksel met kleine stoomopeningen. Deze onderdelen worden altijd samen gebruikt en zorgen voor onder- en boven warmte.

In tegenstelling tot bakken en braden is er bij stomen geen olie of vet nodig, en er is minder energie nodig omdat slechts een kleine hoeveelheid water aan de kook gebracht wordt, en het voedsel gaar wordt bij een relatief lage temperatuur (< 100°C). Je kan er ook eten in ontdooien, of opwarmen zonder dat het uitdroogt.

De Frans-Amerikaanse pottenbakker Laurent Merchant herontdekte de pot en produceert die opnieuw.

Een Nederlandse firma verkoopt een vergelijkbare aluminium versie (als wonderpan ) met glazen deksel die als oven gebruikt wordt om cake en brood (in tulbandvorm) te bakken. Je kan er zonder oven, op een kachel of vuur, in (af)bakken. De hitte stijgt door de centrale 'schoorsteen' en wordt door het deksel in de pot gehouden. (Hetzelfde idee als bij de vulkaanketel () snelkoker.)

♪ Wie gelooft in onbeperkte groei is gek of econoom. David Attenborough

Een **wok** 📖 is een dunwandige stalen pan met de vorm van een halve bal, gebruikt voor het roerbakken. De vorm past dus in iedere kachelopening (al dan niet met ringen, direct op het vuur). Maar niet op platte of elektrische fornuizen. Je kan er economisch mee koken door de dikte en de vorm: op een relatief klein vuur met weinig brandstof is de kleine onderkant snel heet en heb je weinig bakolie nodig. Maar moet je wel blijven roeren en/of schudden. Roerbakken dus. De hogere delen zijn de minder hete zones. Groenten en vlees worden in kleine stukjes gesneden die snel en gelijk gaar zijn. Ook door alle ingrediënten in 1 pan klaar te maken bespaar je brandstof.

De oorspronkelijke Chinese gebruikers waren nomaden, de pan moest dus licht zijn. En is daardoor ook snel heet. Een ander verhaal stelt dat soldaten hun helm creatief dubbel gebruikten.

Door de korte bereidingstijd blijven de groenten knapperig en behouden veel vitaminen en mineralen.

Een nieuwe wok wordt grondig gewassen en gespoeld, dan ingebrand, inwrijven met olie, nogmaals kort inbranden, schrobben met heet water, uien (of iets anders) bakken en weggooien en opnieuw borstelen met heet water. Daarna wordt er nooit meer afwasmiddel gebruikt.

(In onze regio werden pannen ook nooit gewassen. Zonde om het vet weg te spoelen! Zelden werd er met heet water geschrobd, en dat kwam dan nog bij het varkensvoer terecht.)

Omdat de stalen wok nooit ontvet mag worden komt er een dun laagje koolstof op het oppervlak dat kenmerkende anti-aanbak eigenschappen heeft. ('Hoe zwarter de wok hoe beter de kok.') De bereidingstechniek en deze laag zorgen voor een karakteristieke wok smaak en aroma.

Een wok heeft een lange houten steel en is van gehamerd staal (in bolvorm geklopt). De gelijkaardige dikwandiger wadjan 📖 uit de Indonesische keuken heeft twee handvatten of oren.

♪ *Wie zeurt over snelle tv- diners koken? Ik zuig ze bevroren op. Woody Allen*