

Dicionário de Culinária: Panela Wok

Conheça o acessório que se tornou indispensável em qualquer cozinha!



A **Panela Wok**, ao contrário do que se pensa, não tem seu uso restrito ao preparo de pratos de origem oriental. Surgiu na

Seu uso em cozinhas profissionais e caseiras tem sido adotado largamente, por sua função essencial: cozimento rápido e manutenção das propriedades nutritivas dos alimentos.

Por esse motivo, a **panela wok** acabou por tornar-se o acessório favorito de quem busca uma alimentação saudável. Mas sua popularização deu-se por sua versatilidade: uso muito para fazer risoto, além de diversos outros pratos, pois ela tem bordas altas e posso mexer e misturar qualquer prato, sem

precisar me preocupar se vou jogar algo para fora ou não. Mas cozinhar profissionais, a **wok** vem sendo muito usada para o preparo de compotas, molhos, grelhados e alimentos cozidos no vapor.



Frango com molho na panela wok.

Como é uma Panela Wok

Criada para atender as necessidades da cozinha chinesa, que sofria com falta de carvão e lenha, tem por objetivo o cozimento rápido. O que caracteriza uma **Panela Wok** é o seu formato similar ao de uma frigideira, porém funda, côncava, larga e sem cantos. Cozinha os alimentos rapidamente, de forma uniforme e sem queimar.

Cozinhando com uma Panela Wok

Confira dicas de como tirar o máximo proveito da sua **wok**!

- **Risotos:** por ser as bordas altas e espaço para mexer, fica muito mais fácil e prático fazer risoto neste tipo de panela!
- **Frituras:** por ter formato côncavo, garante que o fundo esquente mais rapidamente, sem que a gordura da parte

superior esfrie. É mais rápido fritar na wok.

- **Saltear:** um dos principais usos da wok na culinária asiática está no processo de saltear alimentos. Com pouca gordura e alimentos cortados em pedaços pequenos (cubos ou tiras), se você tiver espaço, pode mexer fazendo movimentos com a panela ou com espátulas e colheres. Tenha como referência o vídeo abaixo:

- **Vapor:** por ser uma panela larga e funda, a wok é o recipiente ideal para cozinhar alimentos no vapor, com uma peneira ou panela de bambu.
- **Molhos:** a wok ajuda a selar os alimentos mais rapidamente, mantendo o seu sabor. Por isso é ideal para o preparo de guisados, molhos, ensopados e demais preparos com bastante líquido.
- **Defumado:** algumas woks já são comercializadas com acessórios para o processo de defumação, onde coloca-se no fundo carvão em brasa e serragem para liberar a fumaça, e os alimentos em uma grade para passarem pelo processo de defumação.



Risoto na panela wok.



Refogando espinafre na panela wok.

Origem

A Panela Wok surgiu na cidade de Cantão na China, capital da

província de Guangdong. Acredita-se que tenha sido elaborada a partir de uso que os militares chineses faziam de seus capacetes quando em campanhas mais longas. Cozinham no acessório fundo de metal, diretamente no fogo.

Seu uso difundiu-se largamente e é essencial nas cozinhas do Leste e Sudeste da Ásia.