

Usando una vaporera de bambú

Lo que he aprendido cocinando con una vaporera de bambú

Imágenes de su uso





2026-04-29

Háce mucho tiempo compré una de éstas vaporeras en algún país del Oriente: China o Japón, no lo sé. Me gustó su estética. Pero no recuerdo si la utilicé para cocinar.

Recientemente, por algo que debí ver en internet, se me ocurrió probarla. Mis esperanzas eran pocas. Pensé que el resultado no sería mejor que hervir la comida.

¡Gran error!

Quedé gratamente sorprendido al ver lo rápido que se hace la comida.

Que, a pesar de mezclar carne, pescado, marisco y verdura, todo queda sorprendentemente uniforme en su cocción.

Que ya sin ponerle condimentos o salsas su sabor es muy bueno.

El hecho de que no se use aceite o mantequilla al prepararla, le da además un toque ecológico.

¿Nos estamos olvidando de cómo sabe la comida sin condimentar? ¿Necesitamos salsas para que lo básico nos guste?

Típos de vaporéras

Hay múchos típos de vaporéras. Yo recomendaría las que tiénen al ménos 25 cm de diámetro. Si son más pequeñas, algunas piézas grandes de, por ejémplo, pescádo, quédan muy ajustádas.

Si es posíble que séan de dos písos. Abájo, las piézas más difíciles de cocér, sóbre tódo las cárnes; encíma, los pescádos, verdúras y maríscos.

Tapár éste segúndo píso con hójas de vid, le da un tóque elegante.

Cubrír tódo el conjúnto con úno o dos trápos de cocína ayúda a que no se piérda tánto el vapór.

Por supuésto, hay que usár úna ólla de iguál diámetro que la vaporéra pára evitar pérdidas de vapór. Póngá suficiénte água, pórque se evapóra rápido.

La vaporéra no débe tocár el água.

La temperaturá a la que debémos mantenér tódo el próceso es difícil de especificár. Péro vále como písta que algo de vapór sálga de la vaporéra unifórmente.

Estóy usándo de 15-20 min. Péro no está mal ir probándo.

Usár ésos trapítos que déjan pasár el vapór, péro detiénen las piézas muy pequeñas.



También podemos usar lo típicos trápos de cocina ya viejos para usar aquí. Déjan pasar el vapor fácilmente.

Se pueden usar también hojas de col, córtes de limón, etcétera, pero que no impidan pasar el vapor.

Personalmente no condimento nada antes de ponerlo a cocinar. Prefiero que cada uno se alíne sus piezas con sal, pimienta o salsas a su gusto.

Me parece increíble que poniendo entre las dos vaporeras tanto material diferente, todo quede bastante bien cocinado.

Una vez acabado el proceso, se puede retirar todo y pasarlo a una bandeja o varios platos. Pero algunas piezas de comida se pueden romper y, además, pierde elegancia.

Sugiero colocar las dos cestas en el centro de la mesa y que cada uno se vaya sirviendo. Poner en la mesa: Sal, pimienta y varios tipos de salsas: mayonesa, calçots, tomate frito, salsa de pesto, mostaza de Dijón etcétera.

* * *

Definitivamente, el arroz es un desastre. Por mucho que se le lave y se le deje en remojo más de 4 horas, no se cuece... Algo hágo mal.

No entiendo cómo se logra.

* * *

Pongo la calidad de lo que he probado. Por supuesto es mi humilde opinión que iré mejorando a la vez que haga más pruebas.

Cárnes:

Póllo	9
Salchichas	10
Butifarra picante	10
Cárnes: Solomillo	7

Pescado y marisco:

-Salmón 10

De maravilla, sale bien hasta con un grosor de 2,5 cm

-Camarón, langostino o gamba 9

Me da la impresión de que se quitan las escamas, más fácilmente

-Sardina 8

-Sépia

Verdúras: En general tódas bién

-Alcachófas: entéras va mal, no cáben bién.

Partírlas al ménos en dos.

Los rábos también se cocínan bién.

9

-Zanahórias: rodájas muy fínas:

10

-Patátas: cortádas fínas

10

-Pimiénto rójo: Quéda muy -líquido-

7

-Verdúra tierna: judías vérdes, coliflór, hábas.

10

-Champiñón: Partír por la mitád

8

-Berenjénas

8

Hója de párra: Muy decoratívo y comestíble. Péro no tiéne
buén sabór.

Rodájas de limón pára separár.

Cebólla: vále, no máta.

Sugeréncias de ótros materiáles a usár:

«Dúmplings»

Pescádo

Cósas que salen mal:

El arróz, la lechúga.

Probár:

Mejillónes, alméjas, calamáres. No créo que resúlten bién

Pásta

Calabacín

Que hága el pan.

Tomátes.

Boniáto

Cérdo

Resumiendo, las ventajas de este equipo

- .1 Muy ecológico, no necesita grasas, acéite o mantequilla para preparár.
- .2 A pesar de cocinárse juntos: cárnes, pescádos, mariscos y verduras. Quédan tódos igual.
- .3 Su sabór final es excelente. Sin ponérle condiméntos, espécies o sálsas su sabór es inmejorable. ¿Hémos olvidádo, cómo sáben los aliméntos sin condimentár? ¿Tenémos que sazonár la comída para poderla disfrutár?
- .4 Elegánte: Su presentación en la mésa es muy práctica y decoratíva.
- .5 Póco tiémpo de cocción. Sólo únos 20 minútos.

* * *

Ótras idéas:

Pan Bao chíno.

Mezclár harína, água, levadúra y azúcar. Amasár, rellenárla con los ingredíentes que se quíera, póllo triturádo, cérdo etcétera y cocinárla al vapor.

Vídeo: Ejémplos de úso de la vaporéra de bambú.

<https://blauke.com/blogs/kitchen-accessories/bamboo-steamer-recipes> -
[:~:text=Eco%2Dfriendly%20and%20Stylish%3A%20Made,look%20fantastic%20in%20your%20kitchen.](https://blauke.com/blogs/kitchen-accessories/bamboo-steamer-recipes)

* * *

FIN

Por Emílio Vilaró

Más de ciento cincuenta cuentos, reláto, ensáyo, recetas y novelas en:

www.evilfoto.eu

Comentários a:

buzon@evilfoto.eu



<https://www.facebook.com/emilio.vilarolucia>

Nóta del Autor:

Éste escrito está tildádo, o sea: las palabras llévan la tilde (´), en el sitio donde está el acéto.

Después de miles de lectúras de obras así escritas y leídas, podemos asegurár, que su lectura es la normal, y al leer así, no hay ninguna diferencia de pronunciación a la habitual.

Si desea saber los motivos, ¿cómo se puede tildár de forma automática? Qué ventajas e inconvenientes tiene

éste tildádo, puede leer éste documento:

http://www.evifoto.eu/pagina_cuentos/cuentos_21.htm

Modificaciones a 1320:

2026-04-16, 2026-04-24, 2026-05-03,

2026-05-05, 2026-05-07