

Bu yazıya ayrıca <http://www.bodrumguncelhaber.com/yemek-pisirme-kaplari-granit-tava-saglikli-mi/>

Linkinden de ulaşılabilir.

YEMEK PİŞİRME KAPLARI, GRANİT TAVA SAĞLIKLI MI?

DR. EŞREF ATABEY

Tıbbi Jeoloji Uzmanı
esrefatabey@gmail.com

“Teflonun zararlı olduğu sıklıkla biliniyor; ama neogranit/biogranit, demir/döküm, titanyum, zirkonyum, seramik, silargan/silit, PFOA hala kapalı kutu”. Gıdaları pişirdiğimiz kapların sağlıklı olması, aynı zamanda bizlerin de sağlığının yerinde olması anlamına gelir. Yemek pişirme kapları olarak bilinen tava ve tencereler yapıldığı hammaddenin türüne göre adları almaktadır.

- 1-Bakır kap
- 2-Demir (döküm) kap
- 3-Alüminyum kap
- 4-Çelik kap (demir, titanyum, krom çelikler)
- 5-Toprak kap (kilden yapılmaktadır)
- 6-Cam kap
- 7-Seramik kap (kilin pişirilmesi ve kurşun, kobalt vd. bazı maddelerin sırlanmasıyla yapılır)
- 8-Emaye kap (seramik kap benzeri yapıda)
- 9-Teflon kap (politetrafloraetilen esaslı)
- 10-Titanyumlu kap (titanyum tabanlı)
- 11-Granit kap (doğal granit olamayan-teflon kaplama özelliğinde granit görünümlü)
- 12-Zirkonyumlu kap (zirkonyum tabanlı)
- 13-Mangal taşlı kap (lav taşları; granit, bazalt, tras kaplama)
- 14-İndeksiyonlu kaplar-ocaklar (elektriksel özellikli)

Pişirme kaplarının tescil durumu, teknik özellikleri, standartları bilinmesi gerekir. Emaye kalınlığı, yapışma özelliği, darbelere, basınca, termal şoka, ısıya, ateşe, oda sıcaklığında sitrik asite, kaynar sitrik asite, su buharına, kaynar suya, sodyum piro-fosfat çözeltisi dayanımı parametreleri kaplarda yazılı olmalı.

Pişirme kaplarında bilmemiz gereken diğer husus ise bunlar ne kadar sağlıklı? İşte buna vereceğimiz cevaplar sadece çelik kaplarda belirgin, diğerlerinde belirsiz. Çünkü hepsinin olumlu tarafından çok olumsuz tarafı ağır basmakta.

Bakır kaplar: Isıyı çok iyi ileten bir metal olması nedeniyle bakır, pişirme kabı olarak oldukça yaygın kullanılmaktadır. Saf bakır çok yumuşaktır. Bu nedenle diğer metallerle alaşım halinde kullanılır. Çok çabuk lekelenir. Uzun süre açıkta bırakılırsa üzerinde siyahımsı yeşil bir renk oluşur. Bu, bakır karbonattır. Bu tabaka ovularak giderilebilir. Ancak böyle bir kapta pişirilen yemeğin kusturucu etki yaptığı görülmüştür. İnsan organizması bir miktar bakırı metabolize edebilir. Ancak fazlası, özellikle çocuklarda zararlıdır. Hindistanda bebeklerde görülen sirozun nedeninin, kalaysız bakır kaplarda kaynatılan süttten kaynaklandığını bildiren araştırmalar vardır. Bakır kaplar kalaysız kesinlikle kullanılmamalı, kapta yemek bekletilmemeli.

Demir-döküm kaplar: Döküm tencere ve tavalarda ısıyı tüm yüzeye eşit dağıtmasıyla sıcaklığı uzun süre muhafaza eder. Yemeğin pişme esnasında oluşan su zerrecikleri döküm kapak altında hapsolüp tatların yemeğinize iyice işlenmesini sağlar. Bu özelliğiyle döküm tencereler sulu pişirme yöntemlerinin tercih edilebileceği et yemeklerinde seçimi olabilir.

Alüminyum kaplar: Isıyı son derece iyi iletir. Alüminyum diğer pek çok metalde olduğu gibi temas ettiği besine geçer. Bu özellik besinin nötr, alkali veya asit oluşu ile artar ya da azalır. Genellikle asitli besinlerle temasta bu geçişin daha fazla olduğu bildirilmektedir. Vücuda fazla alüminyum alınması sakıncalıdır. Alüminyum kaplarda ya da alüminyum folyo kullanılarak pişirilen yiyeceklere alüminyum geçer. Raflardan kaldırılmalı.

Çelik kaplar: Çelik ile demir karbon alaşımıdır ve paslanır. Çeliğe %11,5 oranında krom eklenirse çelik paslanmaz bir özellik kazanır. Tencere ve tavalarda için en iyi kalite paslanmaz çelik %18 krom, %8 nikel içerir. Yüksek nikel oranı çeliğe parlaklık, krom sağlamlık ve korozyona karşı dayanıklılık verir. Çelik, nemli bırakıldıklarında paslanma özelliği gösteren, bunu engellemek içinde

çeliğe nikel eklenerek paslanmaz özelliği kazandırılan çelik tencereler, bugün hala mutfaklarda yer almakta. Paslanmaz çelikten yapılmış pişirme kaplarının ısıyı iletmesi geç olsa da bu kaplar, yiyeceklerde toksik etki yaratmaması ve sağlıklı pişirme yöntemlerine uygunluğu ile tercih edilir. Çelik kaplar, aşınmaya ve oksidasyona son derece dayanıklı olduklarından yiyeceklerin sağlıklı bir şekilde saklanabilmesi adına güvenle kullanılabilir.

Teflon tavalar: Teflon 1938 yılında, buzdolabı için kullanılabilir bir gaz aranırken bulundu. Günlük kullanıma girmeden önce, atom bombasının yapılmasında kullanıldı. En önemli özelliği, çözücüler tarafından eritilememesi, ısıdan, güçlü asit ve bazlardan etkilenmemesiydi. İlk kullanım alanı, nükleer bombalar için gerekli olan uranyumun üretiminde depoların yüzeyleri sıvamak olmak üzere, çoğu askeri amaçlıydı. Daha sonrasında teflon tavalardan, telefon ve elektrik kablolarına, oradan uzay aracı ve uzay giysilerine kadar birçok alanda kullanıma girdi. Teflon, protez olarak da kullanıldı.

PTFE nedir? PTFE'nin açılımı Politetrafloroetilen denen polimerin ticari adıdır. İster Greblon, ister teflon olsun, florlanmış etilen polimeri olan bir Politetrafloroetilendir. 1938'de Du Pont firmasından Roy J. Plunkett tarafından bulunmuş ve 1946'da ticari olarak piyasaya sürülmüştür. Bir termo plastik floropolimerdir. Flor atomlarıyla doymuş uzun ve düz bir karbon zincirinden meydana gelmiş moleküler yapı, atomlar arasındaki kuvvetli bağlar sebebiyle oldukça inert özelliklere sahiptir. Isıya, kimyevi maddelere, neme, elektrik atlamasına, sürtünmeye dayanıklı olan Teflon hiçbir maddeye yapışmaz, sürtünme katsayısı bütün katı cisimlerinkinden küçüktür.

Teflon (ticari adı) 260°C üzerindeki sıcaklıklarda bozulmaya başlar; 350 °C civarında tamamen yapısı bozulur. Ateş üzerinde bırakılan boş bir tava bu dereceleri aşabilir ancak tava içinde yanan az miktardaki yağ sağlık açısından daha büyük bir sorun oluşturur.

PFOA kaplar: PFOA Perflurooctanoic demektir. Yapışmayan tava ve tencereler, pratik bir çözüm gibi görünüyor. Bu tavada ne pişerse pişsin yapışmıyor, kolayca yıkanabiliyor. Oysa "Perflurooctanoic Acid (PFOA) maddesi ile ilgili tartışmalar sürüyor. PFOA maddesi, teflon ve diğer yapışmaz yüzeylerin, şekerleme ambalajlarının, patates kızartması ve pizza kutularının, kâğıt tabakların ve lekelerle dayanıklı halıların üretiminde kullanılıyor. Yapışmayan tavalardan, yapışmamasını sağlayan madde budur. Jennifer McKinley'e göre, PFOA içeren ürünlerin bulunduğu diğer markalar; Stainmaster, Scotchgard, Silver Stone, Fluron, Supra, Excalibur, Greblon, Xylon, Duracote, Resistal, Autograph ve Tefal.

Sağlığa etkisi konusunda Jennifer McKinley tarafından araştırma yapılmış olup, "Chemical Used in Non-Stick Cookware Continues to Prove Its Toxicity"adlı makalesine göre (*Naturalnews'in naturalnews.com* sitesinde yayınlanan) ticari adı Teflon olan ve benzeri yapışmayan yüzeyli tavalarda bulunan bir kimyasal madde, kana karışabiliyor. Hatta, yeni doğan bebeklerin kanında bile çıkabiliyor. Jennifer McKinley'e göre, "Tefal'in üreticisi Du Pont şirketi, PFOA'nın sadece üretim sürecinde kullanıldığı, tencere ve tava gibi nihai ürünlerinde bulunmayacağı iddia ediliyor. Oysa, ABD'de, kadın, erkek ve çocukların %95'inin kanında bu kimyasal bulundu.

Toprak kaplar: Toprak kaplar kilden yapılmaktadır. Isıyı muntazam ve çabuk iletmediklerinden pişirme ısısının düşük olması veya fırına koyarken fırının önce soğuk olmasına daha sonra ısının açılmasına dikkat etmek gerekir. Bu kaplar yavaş ısınırlar fakat ısıyı iyi tutarlar. Ani ısı değişikliklerinde kırılabilirler. Toprak kaplar besindeki asit ve alkaliden etkilenmez. Bu açıdan sağlıklıdır denilebilir. Ancak yüzeyde çatlama oluşursa buralarda mikroorganizma barınabilir. Kabin kullanıldıktan sonra iyice yıkanması ve çok iyi kurulanması gerekir. Toprak kapların yüzeyi bazen sırlarla kapatılır. Sır yüksek ısıda kontrollü bir şekilde yapılmışsa sırdan yiyeceğe, kurşun, kadmiyum gibi zararlı maddeler geçtiğini bildiren çalışmalar vardır. Bu nedenle bu kapların besin saklamada kullanılmaması daha doğru olur. Toprak kapların ayrıca radyoaktiviteleri bilinmelidir.

Silargan ya da silit tava ve tencereler: Silargan çelik taban üzerine, bor mineralleri ürünleri kullanılarak, elektroliz yöntemiyle yapılan bir kaplama türüdür. **Silit:** Silargan üreten Almanya'nın uluslararası Diğer yöntemlerle üretilen granit, seramik, teflon tava ve tencerelerden bir farkı olmamakta. Sadece kaplamada kullanılan hammadde farklı (bor türevleri kullanılmakta). Bor mineralleri ve türevlerinin ne miktarda ve ne derecede kullanıldığı, sağlık üzerine etkileri de soru işareti? Sağlıklı olduğu belirtilmekte, ancak, sağlığa ne derece etkili olduğu araştırma konusudur. Bor elementinin vücuda alınma sınırı bulunmaktadır. Silargan tava ve tencerelerden; pişirme, yanma, çizilme, deformasyonla bor vücuda ne kadar alınabilir ya da hiç alınmaz bunu bilemiyoruz.

Silargan, bor ve boraks içeren seramik alaşım yüzeylere verilen addir. 2600 derecede doğal çeliğin üzerine yedirilmesi sonucunda ortaya çıkmıştır. Yani iç içe geçen elementlerin oluşturduğu

Silargan maddesi; doğal çelikle birleşerek tencerenin tamamını oluşturmaktadır. Dünyadaki en dayanıklı malzemelerden biri olarak tescil de edilmiştir. Manyetik özelliklere sahip son derece sağlıklı bir maddedir. Özellikleri çizilmez silargan madde ile kaplı dayanıklı, seramik, kaygan yüzeyler çizilmez. Bu yüzden teflon kaplı yüzeylerde teflon kaplı yüzeylerde kullanılmayan metal kaşık, ısıpatula gibi malzemeler tencere içinde kullanılabilir. Tencerenin dış yüzeyi de çarpmalara karşı aynı kırılmama ve çizilmeme özelliğine sahiptir. Antibakteriyel silargan yüzeylerin kolay temizlenebilme özelliği sayesinde antibakteriyel özelliğe sahiptir. Son derece sert ve oldukça kaygan olan silargan yüzeyin silinmesi çok kolaydır. Yapısı itibariyle hiçbir yabancı madde silargan yüzeye yapışmaz. Hijyeniktir. Diğer malzemeler bir süre sonra bakteri üretmeye başlasa da silargan bu maddelerin oluşmasını engellemektedir. **Antialerjik silargan, nikelsiz çelikten üretilen bir mamul olduğu için nikel alerjisi olan insanlar için antialerjik yapıya sahiptir. Nikel içermez, doğal çelik kullanılır. Yapılan çalışmalar, 15-34 yaş arası kişilerin %18'inin nikel karşı alerjisi olduğu kanıtlanmıştır.**

Titanyumlu kaplar: Tava ve tencerelerde asıl yapı teflon tabanlı olduğudur. Granit ve titanyum gibi kelimelerle tüketicinin tercihinde etkili olabiliyorlar. Titanyum elementi hafif, dayanıklı, parlak, aşınmaya karşı dirençli, metalik bir elementtir. Alaşımlarda kullanılmaktadır. Titanyum seramik sırası olarak da kullanılır. Bu amaçla tencere ve tavaların ana gövdesinde dayanıklılık için kullanılmaktadır. Titanyum saatlerin gövdesinde kullanıldığı gibi. Maalesef tencere ve tavaların ana bileşimi etiketlerde olmadığından ne tür malzeme kullanıldığını da bulmak tüketiciye düşmekte. Tava ve tencerelerde kullanımında bir sağlık riski olmadığı bilinmekte. Hafif, dayanıklı, parlak, korozyona karşı dirençli, gümüş grisi veya demir grisi renginde metalik bir elementtir. Demir, alüminyum, vanadyum, molibden gibi elementler ile alaşım yapabilir. Metalik bir element olan titanyum sahip olduğu yüksek dayanıklılık, yoğunluk oranı ile bilinir. Özellikle oksijensiz ortamda saf haliyle tamamen esnekler. Titanyumun en ünlü kimyasal özelliği korozyona karşı gösterdiği direncidir.

Zirkonyumlu kaplar: Zirkonun dökümcülükte kullanılan en büyük özelliği, ergimiş metale karşı dirençli olmasıdır. Bu yüzden zirkon ve ergimiş metal arasında sürtünme ve tutma (yapışma) meydana gelmez. Böylece düzgün ve pürüzsüz yüzeyler elde edilir. Seramik sıranın zirkon kapsamı %4-15 arasında değişir. Daha yüksek zirkon içeriği seramik yüzeyinde hafif bir pürüzlülüğe yol açar. Zirkonyumun sıcaklığa ve aşınmaya karşı dayanıklılığı yeni nesil tencere ve tavalarda da kullanımını sağlamıştır. Zirkonun dökümcülükte kullanılan en büyük özelliği, ergimiş metale karşı dirençli olmasıdır. Tava ve tencerelerin seramik yüzeyinde zirkonyumun bir şekilde kullanılmış olmasının herhangi bir sağlık riski oluşturduğu konusunda yapılmış bilimsel bir araştırma bilinmemektedir.

Seramik kaplar: Seramik Tencereler eğer gerçek seramik ise sorun teşkil etmezken, son teknoloji olan nanoteknoloji iseler sağlık açısından riskler taşıyorlar. Seramik tencere ürün segmentinde dikkatli olup, seramik kaplı, cam-seramik kaplı ya da doğal minerallerden üretilen ve içeriğinde kanserojen maddeler bulunmayan ekolojik diye nitelendirilen tavalar, tencereler tercih edilmelidir. Seramik pişirme tencerelerinde herhangi bir çatlak, kırık ya da benzeri bir şey olmamasına özen gösterilmelidir. Çünkü kırık ve çatlaklarda oluşabilecek birtakım zararlı maddeler yiyeceklerle temas edebilir. Çatlak, kırık olmayan ısıya dayanıklı seramik pişirme kapları, özellikle fırınlama yönteminde çok rahatlıkla kullanılabilirler. Seramik kapların radyoaktiviteleri bilinmelidir.

Cam kaplar: Cam, silisyum dioksit, sodyum ve kalsiyum oksit karışımıdır. Ancak bu maddelerin oranlarına bağlı olarak değişik tür camlar yapılabilir. Cam gözeneksizdir ve asit ve alkaliden etkilenmez. Bu bakımdan pişirme ve saklama kabı olarak uygundur. Bazı cam kaplar ani ısı değişikliklerinden etkilenirler ve kırılırlar. Cam kaplar sağlıklı pişirme ve saklama koşullarını bizlere sunar. Bazı cam kapların ısı değişikliklerinden etkilenir ve kırılırlar. Ancak son yıllarda yüksek ısıya dayanıklı camların yapımı, bu kapların fırın kabı olarak da kullanılmasını sağlar. Cam malzemeler gözeneksiz oluşları, asit ve alkaliden etkilenmeyen özellikleriyle saklama kabı olarak da rahatlıkla kullanılabilir. Bu nedenle cam kapları, sağlık açısından en güvenilir gruba dahil edebiliriz; fakat bu kapların ani ısı değişimlerinde kırılma, çatlama ve yiyeceklerin yüzeye yapışma gibi risklerinin olduğu unutulmamalıdır.

Porselen pişirme kapları: Bu kaplarda da bir problem yok, ama sadece porselen pişirme kaplarında desen verme amacıyla çok fazla süsleme ya da benzeri şeylerle boyalı maddeler kullanılıyorsa bu kaplarda zararlı olabilir. Genelde sade ve daha beyaz olanlar tercih edilmelidir. Porselen pişirme kaplarında da yine boyaların ısı esnasında yiyeceğe geçmesi mümkün olabilir.

Emaye: Dünyanın en eski kaplama malzemesi olan emaye metalin üzerine sıkıca yapışan anorganik camsı bir kaplamadır. Emaye kaplamanın amacı yüzeyi korumaktır. Ayrıca korozyona karşı koruduğu yüzeye çok değerli estetik özellikler katar. Yüzeyi pürüzsüzleştirip camsı bir parlaklık sağlar. Aynı zamanda kolay temizlenir ve hijyeniktir. Zamana karşı dayanıklı olduğundan renkleri solmaz ilk günkü görüntüsünü korur, dış etkilere karşı dayanıklıdır. Emayeler koku ve tat olarak nötr kaldıklarından, Emaye saklama kaplarında tutulan yiyeceklerin tatlarında ve kokusunda bir değişiklik meydana gelmez. Bu nedenle buzdolaplarının iç kısımları da emaye kaplanmaktadır. Soğuğa ve ısıya karşı dirençlidir, ani ısı değişimlerinden etkilenmez.

Metal üzerine emaye kaplar: Ateşe konan tencerelerin en sağlıklısidir. Emayenin yüzeyi çatlak değilse yemek sağlıklıdır. Çatlak yüzeyli emayede, öbür metal tencerelerde olduğu gibi, emayenin altındaki metal yemeğe sızabilir. Emaye ince bir metalin yüzeyini kaplıyorsa, bu tür tencerenin ömrü uzun olmaz. Bu nedenle kalın bir metal üzerine kaplı emayeleri tercih etmekte fayda var.

Demir döküm üzerine emaye kaplar: Yemek pişirmede belki de en iyi sonuçlardan biri demir döküm emaye tencerelerde alınır. Tencerenin dibi ve kendisi kalın olduğundan, emayenin çatlaması ve yemeğin dibinin tutması olasılığı azdır. Demir ısıyı çok iyi geçiren bir metaldir.

Amyant: Ateşin hızını kıstmak için tencerenin altına konan bu maddenin üzerinde kesinlikle ekme kızırtılmamalıdır. Kızarmakta olan ekmeğin üzerine yapışan en küçük bir amyant parçası bünyede, özellikle akciğerde büyük tahribat yapar.

Mangal taşları: Mangal alırken TSE ve CE belgesi olup olmadığına bakılmalı. Yeni yasa ile CE Belgesi zorunlu oldu. "Lavtaşlı mangal" "granit taşlı mangal" ve "mermer taşlı mangal" diye adlandırılan taşlar; ısıya dayanıklı ve ısıyı üzerinde toplayan, ıslatılsa bile (belli dereceye kadar) patlayıp herhangi bir istenmeyen sonuç yaratmayacak taşlardır. Piknik tüpü tipi "Taşlı mangallar" ile duman ve ısı problemi olmamakta. Gazı ve gazın yanma aşamasında çıkardığı bütün zararlı maddeleri tutması, için daha çok gözenekli olması gerekir. Mangal taşı olarak; pomza-perlit, bazalt, bazalt cürufu, kayrak taşı, magnetit-hematitli-manganlı demir taşları, farklı mermer türleri, granit, granodiyorit, diyorit, gabro, siyenit, peridotit gibi taşlar kullanılabilir. Taşın cinsine göre değişen oranlarda kristaller içine hapsolmuş sıvı, gaz, karbondioksit ve tuzlu su gibi kapaçılar (özellikle granit taşlarında ve çeşitli mermer taşlarında) ile sıcak-soğuk farkından (çok sıcak taşın üzerine soğuk sıvı-su dökülmesi ve teması) dolayı mikro patlama, çatlama, parçalanma olasılığıdır.

İndüksiyonlu ocaklar ve taşlar: Tefalin, proselektion türü/ bir çeşit teflon kaplama türü olduğudur. Özelliklerine bakıldığında titanyum yapışmaz, indüksiyon teknolojili, indüksiyon tabanlı, aşınmaya ve yüksek sıcaklıklara karşı 9 yıla kadar dayanıklı olduğu belirtilmektedir. Titanyum dayanıklı olmasını sağlamaktadır. Titanyum dioksit nano-teknolojide kullanılmaktadır. Ev aletlerinde de son yıllarda kullanılmaya başlanılmış, titanyumlu kaplar bunların örneğidir. Nano-parçacıkların insan sağlığına zararlı olup olmadığı tartışılmaktadır.

İndüksiyonlu tencere ve tavalar indüksiyon teknolojili, indüksiyon tabanlı olduğundan, ancak indüksiyonlu ocaklarda kullanılabilir. İndüksiyonlu ocaklarda kullanılması için tencere ve tavaların elektrik akımının oluşmasına yardımcı olabilen mıknatıslı tencereler olmasıdır. Söz konusu set; Ferro-manyetik tencere ve tavalar olduğu şeklindedir.

İndüksiyon nedir? Isının transfer yolu ile iletilmesidir. Ancak bu ocaklara indüksiyonlu denmesinin nedeni ısı indüksiyonu değil, manyetik indüksiyon denen başka bir olaydır. Aslında çelik emaye ve dökme demir tencereler bu ocaklar için en uygun tencerelerdir. Ancak her malzeme bu yeni pişirme yöntemi için uygun değildir. Paslanmaz çelik, bakır ve alüminyum, uygun ısı miktarını oluşturmak için gereken elektrik direncini sağlama konusunda yetersiz kaldığı belirtilmektedir. Diğer alevli ısıtma yöntemlerinde durum biraz daha farklı (mesela gaz yanar alev oluşur, bu alevler cismi ısıtır-aslında işin fiziğine bakılırsa bunda da transfer var, ısı önce havaya sonra tencereye iletilir). İndüksiyonlu ocakta ise havaya temas olmadan doğrudan ocak-kap ısı transferi ile pişirme olduğundan, enerji kaybı çok az ve oldukça tasarrufludur ve ayrıca pişirme süresinin de oldukça kısalmasına neden olduğu belirtilmektedir.

İndüksiyonlu ocaklar her tencere veya tava ile çalışmazlar. Sadece indüksiyon özellikli özel kaplarla kullanılabilirler. Bunun anlamı da evinizde daha önce kullanmakta olduğunuz tüm kapların (demlik ve cezveler de dahil) yenilenmesi gerekeceğidir.

Plastik kaplar: Evde kullanılan plastikler iki grupta incelenebilirler.

Termoplastikler: Bunlar akrilik, florokarbon, naylon, polietilen, polipropilen, polistren ve vinil gibi adlarla bilinen plastiklerdir. Ovucularla çizilirler ve lekelenirler. Salata tabağı, bardak vb. yapımında kullanılırlar.

Termosettingler: Bu grupta fenolikler, melamin, üre ve kazein bulunur. Bunların en önemli özelliği şekillerini korumaları, ısıyla tekrar yumuşamamalarıdır. Melaminler 90°C su sıcaklığında bile dayanırlar. Teflondatermosetting plastiklerdendir. Plastiklerin pişirme kabı olarak kullanılmaları teflon ile yaygınlaşmıştır.

GRANİT TAVA VE TENCERELER SAĞLIKLI MI? NEOGRANİT, BİOGRANİT TAVA VE TENCERE

Neogranit, biogranit gibi tanımlarla satılan granit tava ve tencerelerin hammaddesi de teflon ile aynı olduğu bilinmektedir. Ancak daha kalın bir zemin kaplamasıyla dayanıklılık artırılmakta ve bu şekilde çizilmelere ve darbelere karşı daha sağlam olabilmektedir. Kaplamaya granit kayası dokusu/görüntüsü verilmiştir. Vatandaşın zannettiği gibi doğal granit kullanılmamaktadır. Doğal granit kullanılmadığından, bazı vatandaşların granit tavada radyasyon var mı? Sorusuna da cevap, yoktur, şeklinde olacaktır.

Piyasaya yeni bir tasarım olarak İtalyanlar tarafından granit tencere ve tavalara, dış yüzey seramik porselen, gövdesi alüminyum, iç kısmı 3 kat politetrafloroetilen (PTFE) kaplama olarak sunulmuştur. Yani teflon tava ve tenceredir.

Tüm kaplama olan yemek pişirme kapları için;

1-Yüksek ateşte kullanılmamalı-boşken fazla ısıtılmamalı (260 °C sıcaklık üstü),

2-Boşken yağını yakmamaya dikkat edilmeli,

3-Yıkarken bulaşık teli ve sert bulaşık tozu kullanılmamalı.

4-Sıvı/krem deterjanla yıkanmamalı.

5-Özel ısı dengesiyle, orta ateşte kullanılmalıdır.

Teflon 260 °C üzerindeki sıcaklıklarda bozulmaya başladığı, yapısının 350 °C civarında tamamen bozulduğu, ateş üzerinde bırakılan boş bir tava bu dereceleri aşabileceği, ancak tava içinde yanan az miktardaki yağ sağlık açısından daha büyük bir sorun oluşturabileceği belirtilmektedir.

Yukarıdaki şartları, granit tava ve tencere (yani teflon tavada) yerine getirmek mümkün mü?

-Sıcaklığı ayarlamak,

-Tavanın tabanında boş yerin olmaması mümkün mü?,

-Sıcaklığın 260 derece santigratı aşmamasını nasıl ölçeceğiz?

-Yağın yanmaması mümkün mü? Yüksek ateşte kullanılmamak mümkün mü?

-Çizilmemesi mümkün mü?

Biliyorsunuz bir kaç yıl önce teflon tava ve tencerelerin sağlığa zararlı olduğuyla ilgili tartışmalar yapılmıştı. Ne oranda sağlığa zararı var hala tartışmalı.

Yukarıdaki 5 madde halinde belirtilen kullanma şartları yerine getirildiğinde, granit tava ve tencere (teflon tava ve tencere) kullanmada sağlık yönünden sakıncası olmayacağıdır.

Bakalım ne olacak, hiç olmazsa deneyerek görebiliriz düşüncesiyle bir granit tava aldık. Granit tavayı satın alışımızdan daha bir yıl geçmeden sapı yerinden çıktı. Tavanın tabanı pütürcüklü, kabartılı hale geldi. Özellikle taban-kenar kısmı kabardı-deforme oldu. http://www.esrefatabey.com.tr/bilgiedinme_ayrinti.aspx?id=53 linkinden resimlerini görebilirsiniz.

YEMEK PİŞİRME KAPLARIN KULLANILMASINDA DİKKAT EDİLECEK GENEL KURALLAR

Kaplar yüksek ısı ile temas ettirilmemelidir.

Yıkama işlemi sırasında kap telle ovulmamalı,

Kapta yanmış ya da yapışmış yiyecek artığı varsa, kap içine biraz su ilavesiyle ısıtılmalı, yapışan ya da yanan besinin yumuşaması sağlanmalı daha sonra bulaşık süngeri ile temizlenmelidir.

Kabın temizliğinde kullanılan deterjanın iyice durulanması gerekir.

Kullanılan deterjanın miktarının çok düşük olmasına özen gösterilmelidir.

Böylece durulama daha kolay ve sağlıklı olur.

Ayrıca, sıvı ve krem deterjanlar kolay çözündüklerinden tozlara göre daha az kalıntı bırakırlar.

Dört kişilik bir ailenin bir öğünlük bulaşığını yıkamak için 2-3 damla sıvı ya da 1 kahve kaşığı krem deterjan yeterlidir.

Bulaşık yıkama makinelerinde kullanılan deterjanlar özel deterjanlardır.

Elle yıkamaya uygun olmadıklarından, elle yıkamada kullanılmaları halinde elde tahrişlere yol açarlar. Makinaya konulacak deterjan da çok az kullanılmalı, bunun için bulaşıklar makinaya artıkları iyice sıyrılıp yerleştirilmelidirler.

Yıkanan kaplar iyice kurulanmalıdır.

Metal veya plastik kap içinde besin saklama yapılmamalıdır.

Tencere ve tavaları çizmemek ve yıpratmamak için bunlarda kullanılan kaşık, ıspatula gibi gereçlerin metal yerine ahşap, bambu veya silikon olmasına dikkat edilmelidir.

Tencere, tava ve kapların yüzeyinde veya kenarında herhangi bir yıpranma veya çatlak olursa bunların içine bakteri ve mikroplar yerleşerek bazı enzimler üretebilirler.

Aşınmış, kaplaması yıpranmış tencere ve tavalar asla kullanılmamalıdır.

Türkiye’de yaklaşık 10 milyon tencere tava pazarı bulunmaktadır. Bu pazardan pay almak isteyenler yemek pişirme kaplarını çeşitlendirerek, yeni tasarımlar ve özelliklerde sunarak, elbette bu pazardan payını almak isteyeceklerdir. Burada görev tüketiciye düşmekte. Neyi kullandığını bilmesi gerekiyor.15.10.2018

Kaynaklar

Atabey, E. 2015. Elementler ve sağlığa etkileri. HÜ Mezotelyoma ve Medikal Jeoloji Uygulama ve Araştırma Merkezi yayın No: 1, 619s. Ankara.

<http://www.lenntech.com/periodic/elements/ti.htm>

<http://www.saglikliyasa.com/saglik/titanyum-dioksit-zararlari-titanyumdioksit-nedir-yan-etkileri-nelerdir.html>.

<http://www.tıbbijeoloji.com>

Hüsniye Rakipoğlu; 2014. http://www.hurriyetaile.com/sizin-icin/saglik/saglikli-yemek-pisirmek-icin-dogru-kaplar-secilmeli_17402.html?utm_source=copy-paste&utm_medium=copy-paste&utm_campaign=copy-paste-with-url

tuguev, mynet, doktorsitesi, radikal, thehealthnews, aktifhaber, tsn.org

Fügen Büke; Yemekmutfak.com kurucusu

<http://www.yemekmutfak.com/mutfak/1/14/hangi-malzeme-ile-uretilmis-tencere-ve-tavalari-kullanirsiniz> Köşesi

rehnuma.org Elif, 6 Nisan 2013

<http://www.kadinlarkulubu.com/forum/index.php?threads/hangi-tencere-daha-saglikli.611374/>

<https://www.hipernex.com/alttab1.aspx?CID=3798&IID=218339>

Selim Köroğlu ve Bekir Sami Sazak. 2002. Mutfak Uygulamaları İçin Yarım Köprü Seri Rezonans İndüktörlü İndüksiyon Isıtma Sistemi Tasarımı. Pamukkale Üniv. Müh. Fak. Dergisi, 8/2, 167-172

<http://theinductionsite.com/how-induction-works.shtml>

<http://www.arcelik.com.tr/katalog-ozellikleri-ankastre-elektrikli-ocak-ozellikler.html>

<http://www.aeg.com.tr/Plan--Design/News--articles/Kitchens-without-Compromise2/New-Pots-for-Induction12/>

<http://www.bilgiustam.com/indksiyonlu-ocak-nedir-nasil-alisir/>

<http://ge-ce.blogspot.com.tr/2013/10/induksiyonlu-ocaklar.html>

TÜBİTAK Bilim ve Teknik

http://www.esrefatabey.com.tr/bilgiedinme_ayrinti.aspx?id=72

http://www.esrefatabey.com.tr/bilgiedinme_ayrinti.aspx?id=69

http://www.esrefatabey.com.tr/bilgiedinme_ayrinti.aspx?id=53

http://www.esrefatabey.com.tr/bilgiedinme_ayrinti.aspx?id=38

http://www.esrefatabey.com.tr/bilgiedinme_ayrinti.aspx?id=40