PFANNE IST NICHT GLEICH PFANNE: ALLE MATERIALIEN HABEN IHRE VOR- UND NACHTEILE

NUR NICHTS ANBRENNEN LASSEN

Wer hat sich nicht schon mal gefragt, wie man das perfekte Spiegelei mit einem leicht gewellten, knusprig braunen Rand hinbekommt? Klingt zwar einfach, gelingt in Perfektion tatsächlich aber nur in der richtigen Pfanne. Pfannen-Expertin Larissa Anders vom Stuttgarter Haushaltswarengeschäft Tritschler klärt über die Vor- und Nachteile verschiedener Materialien und Beschichtungen sowie deren richtige Pflege auf.

Ob Gusseisen, Edelstahl, Aluminium oder Keramik – jedes Material hat seine individuellen Eigenschaften und Vorzüge. Altbewährt ist die Bratpfanne aus Gusseisen, die am besten die Wärme speichert. Von ihrem hohen Gewicht sollte man sich nicht abschrecken lassen: „Mit der Pfanne geht man schließlich nicht spazieren“, sagt Larissa Anders von Tritschler in Stuttgart. „Dank ihrer Schwere liegt sie gleichmäßig auf der Herdplatte auf und ermöglicht ein krosses und gleichmäßiges Anbraten der Speisen.“ Fleisch erhält so eine satte Farbe und ein intensives Röstaroma. Auch Gemüse, zum Beispiel als Antipasti zubereitet, lässt sich in ihr scharf anbraten und bleibt trotzdem noch schön knackig. Die Gusseisen-Pfanne bedarf allerdings einer extra Pflege und sollte nicht mit Spülmittel gereinigt werden, empfiehlt die Expertin.

Die Edelstahl-Pfanne eignet sich prinzipiell ebenso zum scharfen Anbraten, allerdings ist das Bratergebnis hier nicht ganz so dunkelbraun geröstet. Edelstahl bräunt goldbraun und schafft damit auch die idealen Voraussetzungen für das perfekte Spiegelei mit einem knusprigen, gewellten Rand. Edelstahl-Pfannen sind sehr pflegeleicht, dürfen sogar in die Spülmaschine und sind daher „eine gute Anschaffung für die Ewigkeit“, so Anders.

Die beliebteste Alltagspfanne ist die beschichtete Aluminiumpfanne. 80 Prozent der Lebensmittel aus dem Haushalt lassen sich problemlos in diesem Allrounder zubereiten – und das dank Antihaft-Beschichtung auch ohne Fett, ein großer Pluspunkt. Ein Rat von Frau Anders: Wer auf Nummer sicher gehen will, sollte bei der Fischzubereitung zur beschichteten Pfanne greifen: „Das ist am einfachsten und gelingt so gut wie immer.“

AUCH MAL EIN LEBEN LANG

Allerdings kann die Beschichtung leicht verkratzen, weshalb man nur Holzwerkzeug verwenden sollte. Die Aluminiumpfanne ist perfekt für alle Tiefkühl- und Fertiggerichte und empfiehlt sich vor allem dann, wenn’s schnell gehen muss.

Ohne Abstriche geht das leider nicht: Auf intensive Röstaromen muss man bei ihr verzichten. Besonders praktisch sind beschichtete Pfannen mit abnehmbarem Griff – die passen problemlos in den Backofen.

Für viele eine inzwischen unverzichtbare Variante ist auch die Wok-Pfanne, die die Expertin von Tritschler mit einer keramischen Beschichtung empfiehlt. Sie eignet sich perfekt zum knackigen Anbraten, da sie heißer wird als die klassische antihaft-beschichtete Aluminium-Pfanne. Ihre tiefe Form ist ideal zum Schwenken von Gemüse oder für ein Gnocchi-Gericht.

Aber nicht nur das Material der Bratfläche ist entscheidend: „Beim Kauf sollte man auch immer auf den Griff einer Pfanne achten“, erklärt Anders. „Dieser sollte aus Holz sein oder ein spezielles Zwischenplättchen haben, damit der Griff nicht zu heiß wird.“

Bei falscher Pflege macht jedoch auch die beste Pfanne nicht mit. Deshalb ist es wichtig, Bratpfannen nicht mit rauen Schwämmen zu reinigen, sondern weichere Tücher zu verwenden. Für eine gute Pfanne muss man übrigens nicht zwingend viel Geld ausgeben. „Wichtig ist vor allem, dass die Pfanne ein gutes Gewicht hat, sodass die Wärme besser weitergeleitet wird und die Energie optimal gespeichert werden kann“, rät Larissa Anders. Grundsätzlich empfiehlt sie aber, lieber gleich in eine qualitativ hochwertige Pfanne zu investieren, „die dann auch ein Leben lang hält.“

Ann-Sophie Knittel

Fotos: Schönebaum