

SUSAMO



스테인리스 제품의 올바른 사용방법

스사모 운영자 전지현

2018. 10. 16

1. 스테인리스 제품 구입요령

1. 재질

- 스테인리스의 정의와 특성 그리고 주방용품으로서의 장점들
- STS 304 : 충분히 좋으면서도 흔한 소재, STS 430 : 자성이 있어 인덕션 레인지 사용을 가능하게 함

2. 구조와 열원의 관계

- 주로 사용하는 열원(가스레인지/전기레인지)에 따라 제품의 바디 구조(통다중과 겹바닥) 선택하기
- 바디의 변형/옆면이 타는 문제 등 장단점이 열원에 따라 부각되거나 감소되는 원리 이해하기

3. 연마

- 연마의 종류는 많지만 일반적으로는 유광(미러)과 무광(사틴)으로 구분
- 무광 제품의 경우 결이 고운 제품 선택(세척이 용이하며 오랜 사용에도 스테인리스 고유 색상을 유지함)

4. 부속재질

- 핸들, 뚜껑 등에 쓰이는 스테인리스 외의 소재들, 디자인, 편리성, 내구성 등과 관련

5. 두께와 무게, 그리고 품질과 가격

- 무겁고 두꺼운 것이 무조건 좋은 것이라는 편견에서 벗어나 필요에 맞는 제품 선택하기
- 다수가 좋다고 하는 제품과 나에게 맞는 제품은 일치하지 않을 수 있음

6. 기타 옵션들 : 장단점은 늘 '세트'로 묶여있기에 장점을 취할 것인지 단점을 버릴 것인지 고민하기

2. 스테인리스 제품 사용하기 (1)

SUSAMO

1. 첫 세척

- 생산과정에서 묻은 불순물을 닦아내는 과정
- 기름으로 닦기(1단계)-> 베이킹 소다로 닦기(2단계)-> 주방세제와 뜨거운 물로 설거지(3단계)
- 전해연마 제품 등 기름세척이 필요 없는 제품들도 있음

2. 부식 방지하기

- 보관 시 다른 소재의 금속과 닿지 않도록 주의
- 음식 장기 보관 시, 녹이 잘 나는 부위는 가끔 물로 닦아주면 부식이 예방됨
- 어떤 음식들을 주의해야 하나? (소금물과 소금 주의하기)
- 과도한 세척으로 인한 손상 (락스/구연산 주의)
- 이물질이 남지 않도록 충분히 헹구기

3. 변형, 변색을 최소화하려면

- 지나치게 강하지 않은 적절한 불의 사용, 과열하지 말기
- 심하게 태운 직후 찬물을 끼얹거나 물에 담그는 행위는 제품의 변형을 일으킬 수 있음
- 내용물 없이 가열하다가 심하게 변색된 경우에는 대개 복구가 매우 어려우므로 주의할 것

2. 스테인리스 제품 사용하기 (2)

SUSAMO

4. 평소 설거지 요령과 사용 후 나타나는 얼룩들 그리고 수세미와 세정제 이야기

- 평소 설거지는 부드러운 스폰지/수세미와 주방세제로 충분
- 가능한 한 부드러운 도구를 사용한다. 그러기 위해서 '물'과 '시간'과 '불'의 힘을 활용한다.
- 필요 시에는 소다 또는 식초를 세제에 적당량 섞어서 사용하면 효과적
- 조리 후의 음식 얼룩(미네랄 얼룩)은 식초로 제거하기
- 강한 도구나 연마 성분이 있는 세정제는 꼭 필요한 때만 사용할 것
- 철 수세미는 꼭 필요할 때에만 '결과 같은 방향으로' 사용. 유광 표면에는 사용하지 않음
- 녹색 수세미는 심한 마모를 일으키므로 일상 세척용으로 권장하지 않음
- 오래 묵은 때로 광택을 잃었거나 기름때가 많을 때, 손이 잘 닿지 않는 부위가 심하게 오염되었을 때에는 소다 또는 식초를 푼 물에 삶아주기
- 심하게 태웠을 때 처리방법: 가장 먼저 불을 끄고, 상온에서 자연스럽게 식힌 후 탄 음식물을 최대한 걷어낸 뒤에 물에 오래 불려 닦기, 남은 탄 자국이 있다면 물을 담고 식초를 한 컵 넣어 끓이기
- 과열은 설거지를 힘들게 만드는 주범이므로 적당한 불의 사용이 가장 중요함

3. 스테인리스 프라이팬 예열

SUSAMO

1. 스테인리스 팬 예열방법

- 정석 예열법(뜨겁게 달궜다가 잠시 식혀서 음식을 넣는 방법)
- 간단 예열법(오븐처럼 조리 10분 전에 약한 불에 올려두는 방법)
- 기름을 넣는 타이밍은 예열방법에 따라 달라지며 기름이 충분히 가열된 후 음식을 넣어야 함
- 예열이 필요한 음식은 몇 가지에 한정되며 대부분의 조리는 스테인리스에서도 예열이 필요 없음

2. 예열의 포인트

: 예열의 포인트는 고르게 잘 예열된 팬과 충분히 예열된 기름. 팬 뿐 아니라 반드시 기름까지 예열할 것!

- 더 기다리기(예열의 실패는 대부분 덜 기다려서 일어남)
- 팬과 기름의 밀착(팬과 기름이 한 몸이 될 충분한 시간이 필요함)
- 음식에 알맞은 온도(비교적 낮은 온도에서 잘 되는 재료가 있고 고온에서 잘 되는 재료가 있음)
- 달걀프라이와 싸우지 말기(달걀프라이의 성공은 스텐 팬 사용방법을 마스터하는 것과 무관함)
- 자주 사용하기, 익숙해지기(자주 사용하면서 자신에게 맞는 예열방법을 찾아내는 것이 정답!)

4. 스테인리스 팬에 대한 오해와 진실

SUSAMO

1. 스테인리스 프라이팬에 대한 오해들

- 길들여야 한다?
- 기름을 많이 넣어야 안 붙는다?
- 세척이 어렵다?
- 약한 불로만 써야 한다?
- 고수만이 쓸 수 있다?
- 스텐 팬은 무조건 예열해야 한다?

2. 스테인리스 프라이팬의 장점들

- 위생성: 기름이나 음식냄새가 배어 끈적이거나 냄새가 남지 않아 늘 새 것처럼 사용이 가능
- 경제성: 단가는 높지만 반영구적인 사용이 가능해 장기적으로 오히려 경제적임
- 안전성: 반응성이 낮은 재질로서 식재료를 가리지 않고 유해성 논란이 없음
- 편리성: 녹이 나거나 벗겨지지 않으며 특별한 관리가 필요 없음
- 친환경성: 환경호르몬 섭취의 염려가 없고 재활용도 되어 친환경적임

5. 자주 나오는 질문들

SUSAMO

1. 스테인리스 100% 제품이 좋은 것?

- 스테인리스 조리도구는 대개 열전도를 좋게 하기 위한 알루미늄 층을 바디 내부에 갖고 있음

2. 인덕션 레인지 용 냄비가 따로 있다?

- 바닥 겉면에 자성이 있는 400계 스테인리스가 적용되면 인덕션 레인지에 사용 가능

3. 스테인리스 제품은 뚜껑이 달그락거리고 국물이 튀고 넘치며 잘 탄다?

- 불이 세기 때문, 불 조절을 할 것!

4. 스테인리스 팬도 코팅 팬처럼 안 씻고 연속으로 쓸 수 있을까?

- 바닥에 붙은 것이 없이 깨끗할 경우 연속 사용이 가능함, 바닥이 끈적이거나 이물질이 묻어있으면 세척 후 사용

5. 쇠 비린내가 나면 나쁜 스테인리스?

- 너무 강한 도구를 사용해서 닦으면 표면이 갈리면서 쇠 비린내가 유발됨

6. 통 삼중은 바닥 삼중보다 무조건 좋은 것?

- 가스레인지 사용자에게 해당되는 사항, 열원에 따라 잘 맞는 구조의 바디를 선택하는 것이 해결 방법

7. 스테인리스 팬을 쓰고 나면 옆면이 노랗게 놀어요.

- 팬 바닥에 재료를 채우거나, 화구를 작은 것을 쓰거나 불을 줄이면 해결됨

8. 스테인리스에 철 수세미를 써도 된다? 안 된다? 어느 쪽이 맞나요?

- 꼭 필요할 때 요령껏 사용하면 매우 효과적인 세척 도구가 됨

감사합니다.