


TESTE
comparativo

Panelas de pressão

cozinham de forma rápida e econômica

Testamos 10 modelos de utensílios que aceleram o cozimento e descobrimos que a manutenção é o segredo da segurança.

As panelas de pressão existem nas cozinhas domésticas desde o pós-Segunda Guerra, quando a economia de combustível fez quase sozinho a propaganda do utensílio. Ela cozinha em menos tempo e, conseqüentemente, com maior economia de gás. E mais, ainda permite o preparo de alimentos no vapor, o que conserva os nutrientes e a aparência dos legumes (*veja o quadro ao lado*).

Mas elas foram inventadas muitos anos antes, para que os alpinistas pudessem cozinhar em altitudes elevadas. Como a pressão atmosférica é menor nas altas montanhas, a água entra em ebulição em temperaturas mais baixas e o alimento demora mais a cozinhar. Assim, em 1697, o francês Denis Papin pensou em criar

uma panela que reproduzisse a pressão do ar no nível do mar e criou a marmitta a vapor, um recipiente com tampa hermeticamente fechada, que aumentava consideravelmente a pressão no interior e o ponto de ebulição da água.

Neste teste, avaliamos 10 modelos de panela de pressão com o perfil mais vendido, hoje: de alumínio polido, com capacidade de 4,5 litros, de fecho interno. Todos os modelos que testamos eram feitos de alumínio (corpo e tampa). Elas são mais baratas e mais leves que as de aço (mais usadas em cozinhas profissionais), e têm boa resistência a quedas e excelente condutividade térmica, ou seja, são de fácil aquecimento. Existem também no mercado outros modelos com fecho exter-

no (*veja o quadro na pág. 15*), revestimento antiaderente e capacidades diferentes (de três a dez litros).

Cozimento a vapor traz vantagens

Quando os alimentos são cozidos em imersão em água fervente, vitaminas como as do grupo B e C dissolvem-se na água. O mesmo acontece com minerais como o potássio, em que a perda com o cozimento é de 28% para a batata, 70% para a cenoura e 87% para o espinafre, e ainda ferro, cálcio e magnésio. Na panela de pressão, com o auxílio de uma grelha, é possível realizar o cozimento a vapor, sem que ocorram todas essas perdas de nutrientes.

Anatomia do utensílio



Nenhuma panela explodiu

Quando avaliamos a qualidade de construção, baseamo-nos na medição da deformação do fundo. Para isso, obstruímos a válvula reguladora e aquecemos a panela até que a válvula de segurança entrasse em ação e observamos alterações na base do utensílio. Usamos três amostras de cada fabricante, que foram medidas antes e depois do teste. As que apresentaram maior variação foram a Alegrete e a Eirilar (⊖). A que menos variou foi a Fulgor (+). Por outro lado, nenhuma das panelas ficou com a tampa solta ou explodiu durante os ensaios.

No item “estabilidade da panela” verificamos, depois do ensaio de deformação, a existência de vazamentos na panela ou falhas no sistema de vedação; prejuízos com a deformação da panela (se a deformação ocasionada prejudicou mais a estabilidade do produto); e se a tampa se soltou da base.

A Alegrete e a Alubrás apresentaram vazamento na válvula de segurança após o teste e, por isso, foram consideradas apenas aceitáveis (□) neste critério. Todas as panelas sofreram deformação, ficando com o fundo convexo, o que reduz mas não impossibilita a estabilidade das panelas quando apoiadas em uma superfície plana.

Segurança é aceitável

Muitos ainda não usam panelas de pressão preocupados com a segurança. Depois de nosso teste, podemos afirmar: as panelas que testamos são seguras, desde que seguidos os cuidados devidos. Em todos os modelos avaliados, a possibilidade de queimaduras é pequena, bem como de sofrer acidentes causados pela pressão. As arestas do encaixe também não ameaçavam o usuário.

Medimos a temperatura em diferentes pontos do cabo (da panela e

Tamanho não atrapalha

Todas as panelas anunciam uma capacidade de 4,5 litros, mas apenas a Penedo continha exatamente esse volume. A capacidade medida um pouco maior ou menor do que anunciada não altera seu desempenho.

Vazias e tampadas, as panelas pesavam de 1,07 (Panex) a 1,50 quilos (Fulgor). Imagine então quanto elas pesam cheias de feijão ou com um bom pedaço de carne. Quanto mais leve a panela, mais fácil o manuseio.

Feijão pronto rapidamente

Para avaliar o desempenho das panelas, analisamos o tempo necessário para aquecer dois litros de água. Medimos ainda a variação da pressão e da temperatura durante o cozimento (estabilidade), assim como o tempo necessário para, deixando a panela em repouso depois de aquecida, a pressão interna chegar a zero.

O tempo médio de aquecimento apresentado por todas as panelas

testadas foi de 12 minutos. Apenas a Fortaleza levou mais de 13, sendo assim classificada um pouco abaixo na tabela (–). Lembrando que, em questão de cozimento, economia de tempo também significa economia de gás, pode-se dizer que a Fortaleza não só foi a mais demorada como foi a menos econômica. Mas, em geral, pode-se dizer que as panelas de pressão avaliadas preparam feijão – prato que leva mais de duas horas para ficar pronto em uma panela convencional – em não mais que 40 minutos.

Quanto à estabilidade da pressão durante o cozimento, a maioria teve resultado muito bom (⊕). Mas como Rochedo, Fulgor, Fortaleza e Alubrás apresentaram variação de temperatura, foram levemente penalizadas (+). A Alegrete foi a mais rápida na redução da pressão relativa interna até zero, com 15min41s. A Clock foi a que mais demorou para que sua pressão interna ficasse em zero, levando 20min44s. No total da avaliação de desempenho, quatro panelas foram classificadas como aceitáveis (Clock, Fortaleza, Panex e Penedo).

da tampa) e da alça da panela, em condições normais de uso. Todas elas aqueceram estas partes e, portanto, pedem o auxílio de um acessório isolante (luva ou pegador) para manuseá-las durante e logo após o uso. A Brava foi a melhor (+). No cabo da tampa, Clock e Fulgor foram penalizadas por apresentarem temperatura um pouco acima do aceitável, mas longe de ameaçar a segurança do usuário. No cabo da panela, a Clock foi penalizada pelo mesmo motivo. A alça da panela aqueceu demais na Alegrete, Alubrás, Clock, Eirilar, Panex, Penedo e Rochedo. Na Fortaleza, o aquecimento ficou próximo dos 100 graus. Apesar disso, nenhuma delas apresentou risco grave de queimar o usuário, desde que usadas com cuidado.

Verificamos a existência de bordas salientes em todos os modelos, mas sem apresentar riscos de cortes ao usuário. Na Fulgor, elas estavam no corpo e no braço da panela. Clock, Penedo e Rochedo não apresentaram

nenhuma possibilidade de corte acidental em quem usa ou mesmo lava as panelas. Mesmo assim, recomendamos cuidado ao limpar qualquer panela de pressão, especialmente as suas bordas de encaixe.

Nos testes das válvulas, todas funcionaram, tanto as reguladoras como as de segurança.

Vale destacar apenas que, quando a válvula de segurança está localizada abaixo do cabo, maior é o risco de provocar queimaduras no cozinheiro, na hora de liberar a pressão.

Manuais de instruções decepcionam

Não importaria muito descrever a avaliação das panelas em uma série de características se não levássemos em consideração a facilidade de uso delas no dia-a-dia. Neste quesito medimos a facilidade de abrir e fechar a tampa, o contato da tampa com o alimento, o manuseio da válvula reguladora e os manuais de instruções.

Na abertura e fechamento da tampa,

Rochedo, Panex e Penedo (+) se destacaram por permitirem pouco ou nenhum contato da tampa com os alimentos. Na retirada do alimento da panela, Rochedo e Clock foram aceitáveis (□) e as restantes foram regulares (-) devido a uma aba interna, onde a tampa se encaixa com a panela, que retém sobras dos alimentos e dificulta a limpeza. Por isso, use sempre colheres ou conchas para retirar os alimentos da panela, evitando o despejo direto em outros recipientes.

Quanto ao manual de instruções, o da Clock foi um pouco superior ao das demais (+). Trazia informações sobre manutenção, limpeza, uso e ainda dicas de segurança. As demais, que traziam apenas uma descrição do produto, o telefone de assistência técnica e pelo menos uma das informações (segurança, uso, limpeza, manutenção), foram classificadas como aceitáveis (□). Mas a Eirilar não apresentava nem a descrição do produto nem o telefone da assistência técnica e, portanto, foi classificada como regular (-).

Panela com fecho externo é muito melhor

Avaliamos em separado uma panela de pressão de fechamento externo, a Nigro Eterna. O fecho externo tem encaixes mais simples, que permitem que a tampa não encoste na comida ao abrir e fechar, além de exigir pouco esforço, o que facilita muito a vida do cozinheiro. Esta panela ainda permite o uso de acessórios como grelhas e fôrmas de pudim que, lamentavelmente, não acompanhavam o exemplar testado. A grelha permite cozinhar alimentos apenas no vapor, dentro da panela. Quanto a acessórios, a Nigro trazia receitas em seu manual de instruções e ainda um limpador do bico de válvula.

Ela apresentava peso bem superior às demais panelas testadas – 1,91 quilos – por ter paredes mais espessas e, portanto, mais resistentes. Essa qualidade superior foi constatada na medição da deformação do fundo, que na Nigro foi mínima. Ou seja, em uma superfície plana – uma pia ou mesa, por exemplo –, a Nigro é a única que ficaria estável mesmo depois do teste em condições extremas de uso. Por outro lado,

ela demorou mais para cozinhar.

A Nigro se saiu muito bem no teste de aquecimento das partes não-metálicas durante o uso, o que não dispensa o uso de um isolante térmico, como uma luva, para tirá-la do fogo. Na retirada do alimento da panela, a Nigro também se mostrou superior às de fecho interno, já que não possui uma aba interna, que retém sobras dos alimentos. Mas a Nigro se destaca de fato por seus sete dispositivos de segurança, cinco a mais que as demais. Por outro lado, o preço da Nigro não é para qualquer mortal: de 69,90 a 112,78 reais.

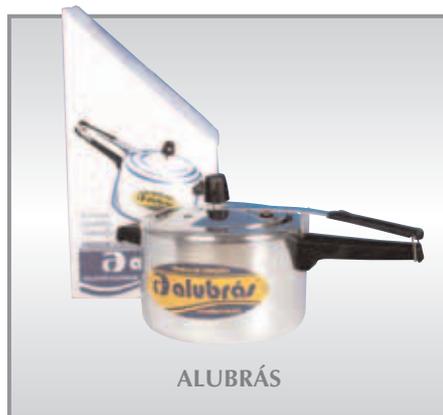


Euroconsumers

Tempo de aquecimento	⊖
Tempo para a pressão interna reduzir a zero	⊕
Deformação	+
Estabilidade da panela	⊕
Temperatura no cabo e nas alças	+
Sistemas de segurança	⊕
Facilidade de uso	+
AVALIAÇÃO FINAL	+



ALEGRETE



ALUBRÁS



BRAVA



FORTALEZA



FULGOR



PANEX

Fotos Euroconsumers

Desempenho e construção definem a classificação

O melhor do teste e a escolha certa
 O melhor do teste
 A escolha certa
 O barato do teste
 Muito bom
 Bom
 Aceitável
 Regular
 Ruim

MARCA (referência)	Características		Desempenho				Construção		Segurança			Facilidade de uso			AVALIAÇÃO FINAL		Preço (R\$) ②			
	Capacidade máxima medida (l)	Peso com tampa (kg)	Tempo de aquecimento	Estabilidade de pressão e temperatura ①	Tempo para pressão interna reduzir a zero	Total	Medição da deformação	Estabilidade da panela	Temperatura no cabo e alças	Arestas	Análise dos sistemas de segurança	Total	Manuseio/abertura da panela	Retirada do alimento/limpeza das partes	Manual de instruções	Total	0	100	mínimo	máximo
ROCHEDO	4,56	1,21	□	+	+	+	□	+	□	+	□	□	+	□	□	□	+/□		27,99	56,60
BRAVA	4,34	1,08	□	+	□	+	□	+	+	+	□	□	□	-	□	□	+/□		19,11	23,90
FULGOR (Super Fulgor)	4,45	1,50	+	+	□	+	+	□	□	□	□	□	-	□	□	□	+/□		19,90	41,90
EIRILAR	4,47	1,18	+	+	□	+	●	+	□	+	□	□	-	-	□	□	+/□		20,00	29,90
PENEDO	4,50	1,09	□	+	□	□	-	+	□	+	□	+	-	□	□	□	+/□		22,90	41,50
CLOCK	4,61	1,29	+	+	-	□	-	+	-	+	□	□	□	+	□	□	□		24,90	39,90
PANEX	4,61	1,07	□	+	□	□	-	+	□	+	□	□	-	□	□	□	□		24,90	36,30
ALEGRETE	4,42	1,26	□	+	□	+	●	□	□	+	□	□	-	□	□	□	□		21,90	28,86
FORTALEZA	4,47	1,15	-	+	+	□	-	+	-	+	□	□	-	□	□	□	□		19,90	34,00
ALUBRÁS	4,34	1,17	+	+	□	+	-	□	□	+	□	□	-	□	□	□	□		16,99	24,90

① Durante o cozimento.

② Valores coletados no Rio de Janeiro e em São Paulo em janeiro de 2003.



CLOCK



EIRILAR



PENEDO



ROCHEDO

Boa manutenção é segredo da segurança

Todas as preocupações com a segurança no uso das panelas de pressão estão condicionadas à maneira como a panela é usada e mantida. Para você desfrutar do utensílio com tranquilidade, basta seguir estas dicas:

- Antes de colocar em uso, leia o manual de instruções de sua panela.
- Use a panela sempre com pelo menos 250 mililitros de água (o mínimo para produzir vapor).
- Assegure que a panela contém líquido suficiente para todo o processo de cozimento. Mas jamais a encha com mais de dois terços de sua capacidade (três litros, no caso das panelas testadas).
- Nunca saia da cozinha enquanto a panela está no fogo.
- Controle sempre o tempo decorrido no cozimento.
- Quando o vapor começar a sair pelo pino da válvula, abaixe o fogo. Neste momento o fogo alto não ajuda a apressar o cozimento, apenas gasta mais gás.
- Quando cozinhar legumes, não os cubra completamente de água. Prefira usar uma grelha, com água apenas no fundo da pa-

nela, e cozinhar no vapor, o que preserva os sais minerais e as vitaminas hidrossolúveis, além da cor dos alimentos.

- Ao cozer grãos, junte um fio de óleo à água para reduzir a produção de espuma.
- Nunca force a abertura da tampa nem abra logo após desligar o fogo. Primeiro, esgote a pressão, colocando a panela debaixo da torneira de água fria ou retirando o peso da válvula (cuidado com o vapor quente).
- Prefira uma bucha macia para a limpeza interna, de forma a não retirar a camada protetora do alumínio.
- Mantenha a panela sempre bem limpa, especialmente no pino central e nas válvulas de pressão.
- Verifique a vedação e as borrachas periodicamente. Rachaduras ou ressecamentos podem causar falhas no sistema de vedação. Se você notar fugas de vapor pelas bordas, verifique o fechamento da panela. Pode ser preciso substituir a junta ou o anel de vedação da tampa.
- Confie apenas na assistência técnica autorizada para fazer reparos nos cabos, válvulas e alças.

Representantes

ALEGRETE – (11) 4674-1771

ALUBRÁS – 0800-7042333

BRAVA – 0800-464000

CLOCK/PANEX/
PENEDO/ROCHEDO –
0800-195444/0800-194333/
0800-197111

EIRILAR – (17) 3272-9200

FORTALEZA – (11) 6703-8956

FULGOR – 0800-131060

NIGRO – 0800-7031943

A ESCOLHA CERTA

A melhor do teste foi a Rochedo. Não apresentou arestas cortantes, o que se refletiu também numa maior facilidade de limpeza. Mas com uma variação de mais de 100% nos preços mínimo e máximo (R\$ 27,99 a R\$ 56,60), sua compra requer atenção.

Por apresentar uma melhor relação entre a qualidade constatada nos testes e o preço, a **escolha certa** é atribuída a **Brava** (R\$ 19,11 a R\$ 23,90), **Fulgor** (R\$ 19,90 a R\$ 41,90), **Eirilar** (R\$ 20,00 a R\$ 29,90) e **Penedo** (R\$ 22,90 a R\$ 41,50).

Como você pôde observar, o preço é um capítulo à parte na análise das panelas de pressão. É preciso ficar muito atento na hora da compra. Com R\$ 20 já é possível comprar uma boa panela de pressão, se levarmos em consideração o preço das **escolhas certas**. Entretanto a grande variação entre os preços mínimo e máximo (como no caso da Rochedo), permite que você compre até duas panelas pelo preço de uma.

A ESCOLHA CERTA