Wok

Ein Wok (chinesisch ? / ?, Pinyin gu?, kantonesisch wo1 oder chinesisch ? / ?, Pinyin huò, kantonesisch wok6) ist eine hohe, durchgehend gewölbte Pfanne, die in der chinesischen sowie der süd- und südostasiatischen Küche zu den wichtigsten Kochutensilien gehört. Vielfach ist es das einzige Kochutensil, das Topf, Pfanne, Dünster und anderes Kochgeschirr auf der Hitzequelle darstellen muss. In Indonesien ist er als wadjan bekannt, in Malaysia als kuali und auf den Philippinen als kawali (kleiner Wok) und kawa (großer Wok). Ähnlich ist außerdem die indische karhai (auch kadhai oder karahi, Hindi: ???? ka?h??), die aber einen flachen Boden hat. Die deutsche Bezeichnung Wok kommt aus dem Kantonesischen.

Beim Wok gibt es, anders als bei westlichen Pfannen und Töpfen, keinen Unterschied zwischen Boden und Wand – das ganze Gefäß ist als Kugelkappe geformt. Traditionell haben Woks zwei gegenüberliegende Griffe, von denen einer häufig als Stiel ausgeführt ist. Verwendet werden Woks traditionell auf kleinen, oben offenen Kohleherden (heute meist speziellen Gasbrennern oder Elektrokochern), auf deren Öffnung sie eine gute Standfestigkeit besitzen und mit wenig Brennstoff stark erhitzt werden können. Dabei konzentriert sich die Hitze besonders auf das Zentrum, so dass durch Verschieben des Garguts der gewünschte Temperaturbereich gewählt werden kann. Woks werden vielseitig zum

Braten, Dünsten, Frittieren, Schmoren, Kochen, Blanchieren, Räuchern, Rösten[1] und Dämpfen verwendet. Die wichtigste Garmethode ist das „Pfannenrühren“, bei dem die Zutaten unter ständiger Bewegung kurz angebraten und schnell gegart werden.

Woks werden traditionell aus Kohlenstoffstahl hergestellt, heute auch aus Gusseisen, Stahlblech, Edelstahl oder Aluminium. Einfache Woks aus Stahlblech werden aus Blech gedrückt oder gezogen, hochwertige mit dem Hammer in Form gebracht. Der Durchmesser reicht von etwa 30 Zentimetern bis zu über einem Meter.

Für westliche Haushalte, die keine speziellen Kochstellen für Woks haben, werden Woks mit abgeflachtem Boden, teilweise mit Antihaftbeschichtung angeboten, die auch für übliche Elektro- und Gasherde, teils auch für Induktionsherde geeignet sind.

Übliche westliche Elektrokochplatten und Gasherde entwickeln jedoch nicht die Leistung von speziellen Wokherden, die in der Regel eine Maximalleistung oberhalb von fünf bis zehn kW haben, während die Leistung westlicher Kochherde selten 2,2 kW bzw. 3,6 kW bei Gasherden übersteigt. Zudem verteilt sich die Wärme des Wokbrenners mit der aufwärts strömenden Heißluft auch an der Außenwand, während ein Elektroherd nur den Boden des Woks erwärmt. Moderne Restaurant- und Großküchen in China nutzen spezielle Induktions-Kochfelder zur Erhitzung des Woks. Ein Kochgerät, das wie ein Wok aussieht, auf einem flachen Kochfeld erhitzt und mit einer Innenbeschichtung versehen ist, wird bei Leistungen von weniger als 5 KW nie das Ergebnis eines „echten“ Woks erbringen, sondern nur das eines Topfes mit gewölbtem Boden.

In westlichen Küchen scheint der Einsatz eines Woks auf geeignetem Herd nur für das „Pfannenrühren“ sinnvoll. Hier sind die hohen Zubereitungstemperaturen und die Zubereitungsart für das das besondere Aroma der Speisen (s. „Wok-Hei“) notwendig. Andere Zubereitungsarten, die meist auch niedrigere Temperaturen erfordern, können in Kochgeschirren erfolgen, wie sie in einer westlichen Küche vorgehalten werden.

Allerdings kann ein Wok sehr sinnvoll eine Fritteuse ersetzen, sofern ein spezielles Gerät nicht zur Verfügung steht.

Woks, die ihrem traditionellem Einsatz entsprechend auf Kochstellen mit großer Leistung und Hitze verwendet werden, sind i. d. R. nicht mit besonderen Beschichtungen versehen, da diese den hohen Temperaturen nicht standhalten. Eine Antihaft-Beschichtung ist zudem auch nicht notwendig, wenn der Wok vor dem ersten Gebrauch „eingebrannt“ wurde. Dies erfolgt nach gründlicher Reinigung durch Erhitzen auf ca. 300 °C (blaue Anlassfarbe) und anschließendes Einreiben mit einem geeigneten Öl (z. B. Erdnussöl). Ein gut eingebrannter und gebrauchter Wok wird ausschließlich mit heißem Wasser (ohne Zusätze) und einem Besen aus Bambusstreifen gereinigt. Nachträgliches Einölen (auch hier z. B. Erdnussöl) verhindert Rost.

Auch brennen die meisten Speisen im Wok nicht an, da das für das Anbrennen verantwortliche Eiweiß durch die hohe Hitze sehr schnell denaturiert, was eine „natürliche Antihaftbeschichtung“ bewirkt.

Quelle: https://de.wikipedia.org/wiki/Wok