

ADIOS A LOS HORNOS DE MICROONDAS PARA SIEMPRE ?



La Revolución en la Cocina del Futuro

El horno de microondas ha sido un electrodoméstico básico en las cocinas del mundo desde los años 70, pero nuevas tecnologías y cambios en los hábitos de consumo están llevando a muchos a preguntarse: ¿Estamos cerca de despedirnos de ellos para siempre?

Analizamos las razones detrás de esta posible despedida, las alternativas emergentes y qué significa esto para el futuro de la cocina.

1. ¿Por qué el microondas podría desaparecer?

Cambios en los hábitos alimenticios.

Cada vez más personas prefieren comida fresca, menos procesada y mejor preparada, lo que reduce la necesidad de calentar alimentos precocinados (el fuerte del microondas).

El auge del meal prepping y las cocinas más saludables favorece métodos como el vapor, el horno convencional o las freidoras de aire.

Preocupaciones por salud y radiación.

Aunque los estudios científicos no han demostrado que los microondas sean peligrosos si se usan correctamente, persiste el mito de que "destruyen nutrientes" o emiten radiación dañina.

Muchos consumidores optan por alternativas "más naturales" por precaución.

Tecnologías más eficientes y versátiles

Hornos de convección y freidoras de aire (air fryers) calientan más rápido, doran los alimentos y ofrecen texturas más crujientes.

Hornos inteligentes (como los de combustión o vapor) permiten cocinar sin perder humedad ni sabor.

2. Alternativas que están reemplazando al microondas

Alternativas, Ventajas y Desventajas:

Freidora de aire: Rápida, crujiente, menos aceite.

No calienta líquidos igual.

Horno de convección: Cocina uniforme, ideal para asar y gratinar pero es más lento que un microondas.

Horno de vapor: Conserva nutrientes, ideal para comida sana. No sirve para descongelar rápido.

Inducción + ollas rápidas.

Calentamiento instantáneo y control preciso. Requiere batería de cocina especial.

3. Realmente desaparecerán los microondas?

Aunque su uso está disminuyendo en hogares que priorizan calidad sobre conveniencia, es poco probable que desaparezcan por completo en el corto plazo porque:

Son insustituibles para descongelar rápido.

Oficinas y espacios públicos siguen usándolos por practicidad.

Modelos modernos incorporan grill y convección, renovando su utilidad.

Sin embargo, su reinado como rey de la cocina rápida está en declive, especialmente entre “millennials” y generaciones más jóvenes que prefieren métodos más gourmet.

4. El Futuro: Cocinas inteligentes sin microondas

Empresas como Samsung, Bosch y Tefal ya están experimentando con:

Hornos combinados (microondas + aire caliente + vapor).

Cocinas por inducción con calentamiento instantáneo.

Dispositivos de cocción lenta pero más saludables.

Predicción: En 5-10 años, el microondas tradicional podría ser un electrodoméstico de nicho, mientras las cocinas evolucionan hacia sistemas multifunción.

Debes Tirar ya tu Microondas?

No necesariamente. Si lo usas para calentar leche, descongelar o recalentar comida ocasionalmente, sigue siendo útil.

Pero si buscas comida más sabrosa y saludable, probar alternativas como la air fryer o hornos de vapor puede ser una gran mejora.

Tú ya dejaste el microondas?

Qué alternativa usas?

Escribenos a: communications@dimensionnewspaper.com

Bonus: Si quieres reducir su uso,

prueba descongelar en la nevera desde la noche anterior o usar sartenes antiadherentes para recalentar sin resecar.