

Richtiger Gebrauch von Frittierölen und Frittierfetten

Fett- bzw. Ölsorte:

Fette eignen sich besser für Lebensmittel, die nach dem Frittieren kalt genossen werden. Für heiss konsumierte Produkte sind Öle zu bevorzugen.

Nur hitzebeständige Öle verwenden (spezielle Frittieröle, z.B. gehärtetes Erdnussöl etc.); ungeeignete Öle (gewöhnliche Salatöle) sind bereits nach kurzer Erhitzungszeit zerstört, obwohl sie teilweise noch einwandfrei aussehen.

Hinweis: Fette sind bei Zimmertemperatur fest und Öle flüssig. Nachstehend wird für Fett und Öl nur der Ausdruck Öl gebraucht.

Reinigung der Fritteuse:

Fritteuse regelmässig säubern und gut mit Wasser nachspülen (Reste von Spülmitteln zerstören das Öl). Nach Gebrauch der Fritteuse das Öl filtrieren. Verbrannte Rückstände von Lebensmitteln sind verdorben, gesundheitsschädlich, verderben das Öl schneller und bilden an der Fritteuse zäh haftende Beläge.

Lichtschutz:

Bei Nichtgebrauch die Fritteuse abdecken. Licht und Sauerstoff oxidieren und zerstören das Öl.

Temperaturführung:

Das Öl wird an den Heizstäben überhitzt und zerstört. Deshalb sollte die Fritteuse langsam und stufenweise aufgeheizt werden. Weitere Schutzmassnahmen: Fritteuseninhalt nicht über 180°C erhitzen; lange Heisshaltezeiten unbedingt vermeiden; regelmässige Überprüfung der Öltemperatur mit geeigneten Thermometern (Thermostaten sind oft unzuverlässig).

Qualitätskontrollen:

Als Faustregel gilt: Öl kann für das Frittieren der zehnfachen Menge Frittiergut verwendet werden. Anschliessend ist es zu entsorgen.

Merkmale für verbrauchte Öle: Das warme Öl ist dick- bzw. zähflüssig; das Öl ist bei Arbeitstemperatur feinschäumend bzw. raucht bei Temperaturen unter 180°C; beissender Geruch des Öles und/oder ranziger, kratzender Geschmack im Gaumen bzw. im Hals; stärkere Verfärbungen und Trübungen des Öles.

Nachfüllen:

Zu verbrauchtem Frittieröl nie frisches Frittieröl nachgiessen. Die Mischung verdirbt schneller.

Frittiergut:

Gewürztes Frittiergut beschleunigt den Ölverderb. Nur trockene, unbehandelte Produkte frittieren. Niemals über der Fritteuse salzen, zuckern oder würzen.

Hinweis:

Verbrauchte bzw. verdorbene Frittieröle sind im Wert vermindert oder gar gesundheitsgefährdend!

Entsorgung:

Verbrauchtes Öl ist fachgerecht zu entsorgen. Es kann bei den Altölsammelstellen der Gemeinden abgegeben oder privaten Wiederverwertern überlassen werden. In den Ausguss gekipptes Öl ergibt nicht erst in den Kanalisationen Ablagerungen, es verstopft schon die Hausinstallationen.

Rechtliche Bestimmungen sowie weitere Merkblätter: www.kantlab.tg.ch

Dezember 2013