

Richtiger Gebrauch von Frittierölen und Frittierfetten

Hinweise

Öle und Fette unterscheiden sich dadurch, dass Fette bei Zimmertemperatur fest und Öle flüssig sind. Nachstehend wird für Fett und Öl nur der Ausdruck Öl gebraucht.

Verbrauchte bzw. verdorbene Frittieröle (mit mehr als 27% polarem Anteil) sind im Wert vermindert oder sogar gesundheitsgefährdend! Sie werden durch die Lebensmittelkontrollbehörden beanstandet.

Fett- bzw. Ölsorte

Für kalt zu konsumierende Lebensmittel eignen sich Frittierfette, für heiss zu verzehrende Speisen eignen sich Frittieröle besser.

Nur hitzebeständige Öle verwenden (spezielle Frittieröle, z.B. gehärtetes Erdnussöl etc.). Ungeeignete Öle (gewöhnliche Salatöle) sind bereits nach kurzer Erhitzungszeit zerstört, sehen aber noch einwandfrei aus.

Reinigung der Fritteuse

Fritteuse inklusive Frittierkörbe regelmässig säubern und gut mit Wasser nachspülen (Reste von Spülmitteln zerstören das Öl). Nach Gebrauch der Fritteuse das Öl täglich 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 dadurch das Öl.

Temperaturführung und Ölqualität

- Das Öl wird an den Heizstäben überhitzt und zerstört, deshalb das Öl langsam und stufenweise aufheizen.
- Den **Fritteuseninhalt nicht über 170°C erhitzen!** Je höher die Temperatur, desto schneller verdirbt das Öl.
- Wichtig ist, dass die Temperatur der Fritteuse – während der Servicezeiten in der sie nicht gebraucht wird – zurückgefahren wird (Stand by oder kleinste Heizstufe).
- Regelmässig – mit geeignetem Temperaturmessgerät – die Öltemperatur und somit den Thermostaten der Fritteuse bei 170°C überprüfen!
- **Das Frittieröl sollte nach spätestens 25 bis 30 Stunden Gesamtheisshaltezeit gewechselt werden!**

Frittiergut und Ölqualität

Die Art des Frittiergutes beeinflusst die Lebensdauer des Frittieröles wesentlich! Pommes-Frites belasten das Öl um einiges weniger als panierte oder gewürzte Speisen!

Entsorgung

Altes Öl ist als Sonderabfall zu entsorgen. Bei den Altölsammelstellen der Gemeinden abgeben oder von privaten Wiederverwertern abholen lassen. In den Ausguss gekipptes Öl lagert sich nicht erst in den Kanalisationen ab, es verstopft schon die Hausinstallationen!

Frittieröltester für die Praxis

Es gibt diverse Firmen, welche Frittieröltester anbieten. Z.b.: <https://www.syntec.ch/frottino-standard.html> oder <https://www.testo.com/de-CH/produkte/270>

