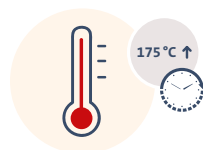
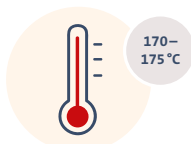


LES RÈGLES D'OR POUR UNE BONNE FRITURE



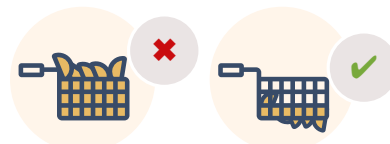
Chauffer progressivement le produit de friture. Une friteuse remplie préchauffée à 80–100 °C. Peu avant la cuisson, le produit de friture chauffe à 170–175 °C.



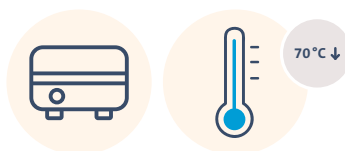
Ne pas chauffer le produit de friture à plus de 175 °C. < 165 °C = augmentation de l'absorption de l'huile; > 180 °C = détérioration plus rapide de l'huile & danger de formation d'acrylamide sur l'aliment à frire.



Eviter dans la mesure du possible que le produit de friture n'entre en contact avec une matière étrangère ou de l'eau. Favorise l'oxydation et donc l'altération de l'huile.



La proportion de l'aliment à frire par rapport au produit de friture ne devrait pas dépasser 1:10. La température ne baisse pas trop fortement, l'absorption de l'huile n'est pas trop élevée.



En cas de longue période sans friture, il faudrait refroidir la friteuse à < 70 °C et la couvrir. Pour protéger le produit de friture de la lumière, de l'oxygène et des impuretés.



Filter régulièrement le produit de friture et en rajouter, nettoyer la friteuse. Attention à bien rincer le produit de nettoyage.



Mesurer les composés polaires avec un Testo 270. Un contrôle régulier évite de devoir changer l'huile de friture trop tôt ou trop tard.

QUAND EST-CE QU'UNE HUILE DE FRITURE EST DÉTÉRIORÉE?

La détérioration d'un support de friture est un processus très complexe qui ne peut pas être arrêté mais qui peut être maîtrisé.

Les points suivants sont les signes d'un support de friture détérioré:

- composants polaires à 27% (réglementé par la loi!)
- odeur piquante et désagréable et douleurs dans les yeux
- développement de fumée à une température de friture normale de 175 °C
- formation de mousse plus importante lorsqu'on y plonge de nouveaux produits à frire
- formation de dépôts bruns et résineux sur le fond/le bord de la friteuse
- mauvais goût des produits frits (dégustation régulière)

QUE SONT LES COMPOSÉS POLAIRES ET POURQUOI LES MESURE-T-ON?

Le composé polaire est le paramètre légalement réglementé pour l'altération des matières grasses. Durant le processus d'altération, divers produits de dégradation sont formés. Il s'agit, par exemple, d'acides gras libres ou de produits d'oxydation. Ces produits de dégradation sont appelés Total Polar Materials (abréviation: TPM) en anglais ou composés polaires totaux en français.

Un support de friture ayant un composé polaire de 27% est considéré comme altéré. Avec une valeur de 25%, il est recommandé de changer le support de friture. En mesurant les composés polaires, un support de friture peut être utilisé de manière optimale et cela permet d'éviter qu'il ne soit changé trop tôt ou trop tard.