

L'huile de Friture

L'huile est considérée comme matière essentielle pour la gastronomie, toute fois et malgré l'importance de l'huile pour la friture, elle peut aussi être dangereuse et nuisible, causant divers maladies lorsqu'elle est utilisée ou conservée d'une manière inadéquate.



Etapes à suivre pour une bonne friture hygiénique

- Choix de la poêle à frire; elle doit être confectionné de matière sûr, éviter impérativement l'utilisation de métaux ferreux ou cuivre.
- Préserver la température de l'huile de friture approximativement à 180°.
- Ne pas frire la nourriture congelée, imbibée ou salée, cela risque d'oxydée l'huile rapidement.
- Eviter de frire une grande quantité de nourriture à la fois.
- Purifier l'huile de friture à chaque réutilisation.
- Quand on rajoute l'huile fraîche dans la poêle, il est conseillé d'attendre jusqu'à ce que la température de l'huile atteigne le niveau de température adéquat pour frire
- Oter le couvercle de la poêle pendant la friture afin d'éviter la condensation de la vapeur d'eau et de l'empêcher à se propager dans la poêle, ce processus accélère la détérioration de la nature de l'huile.
- Il est recommandé de frire dans un endroit ventilé avec aspiration des hottes à vapeurs..



Observation Pour un bon usage des huiles de friture dans la cuisine, il est préférable de l'utiliser au maximum sept fois.



Les signes de détérioration de l'huile de friture

- La couleur foncée.
- Accroissement de la viscosité
- L'accumulation des résidus d'aliments frits dans l'huile de friture.
- Apparition de mousse sur la surface de l'huile.
- émergence de la fumée dégagée par l'huile de friture.



Précautions à suivre afin d'éviter la détérioration de l'huile de friture

- Purifier l'huile de friture après refroidissement des résidus d'aliment collé sur la surface
- Conserver l'huile à l'abri de la lumière et de la chaleur.
- Eviter de mélanger l'huile préalablement utilisé avec l'huile fraîche.



Cher Consommateur

- Pour ne pas vous exposer à des risques provenant de l'utilisation excessive d'huile, éviter de manger les aliments frits vendus dans les marchés publics.
- Vérifier la date de production lors de l'achat des huiles elles doivent être achetées dans des endroits sûrs.

