

## **FACT SHEETS HOME FRYING**

### **Avant la cuisson en friteuse**

- Régler votre friteuse à 175°C.
- Le ratio aliment/huile ne doit pas dépasser idéalement 1:10;
- Les produits surgelés doivent être cuits à l'état surgelé afin d'obtenir une qualité optimale.
- Eviter d'ajouter du sel ou des épices avant et pendant la cuisson.
- Si possible, utiliser différentes friteuses pour le poisson, les frites,... Ceci afin d'éviter de créer des mauvais goûts

### **Pendant la cuisson**

- Maintenir la température à 160°C pour le pochage (première cuisson) et à 175°C pour la seconde cuisson (dans le cas de frites surgelées, cuire à 175°C).
- Toujours cuire jusqu'à l'obtention d'un produit jaune doré.
- Ne pas cuire à outrance (toujours éviter que la couleur devienne brune/ trop foncée).
- Pour la préparation de plus petites quantités, adapter le temps de cuisson.
- Suivre toujours les conseils d'utilisation inscrits sur l'emballage.

### **Après la cuisson**

- Mettre le produit frit sur du papier absorbant.
- Filtrer l'huile et nettoyer la friteuse après usage.
- Ne pas chauffer la friteuse plus que nécessaire.
- Vérifier si possible la dégradation de l'huile (couleur foncée).
- Changer l'huile après 10 utilisations ou suivre les conseils inscrits sur l'emballage.