

## Hoja de hechos del servicio de alimentos

### Antes de freír

- Use/empiece con una freidora limpia y en buen estado.
- Escoja un aceite para freír de buena calidad.
- Deberá seleccionar la temperatura correcta: 160-175°C.
- Revise la temperatura del aceite antes de freír.
- La proporción de la comida a freír en aceite o en grasa no deberá exceder 1:10. Nunca llene la cesta a más de ½.
- Los alimentos congelados deben ser freídos congelados para un resultado óptimo.
- Maneje las patatas a freír con cuidado.
- Las primeras frituras en entrar serán las primeras en salir. Respete y revise las condiciones de almacenamiento y la fecha de caducidad.
- Llene y revuelva la cesta fuera de la freidora, de esta manera no desmorona y no tira hielo dentro del aceite caliente.
- Evite agregar sal o especias antes o cuando este friendo. De ser posible, use diferentes freidoras para el pescado, productos hechos a base de patata,... Esto previene la alteración de sabores y evita la posible contaminación de alérgenos (pescado → patata).

### Al momento de freír (durante)

- Mantenga la temperatura entre 160°C ( durante ) y 175 °C (al final).
- Después revuelva el producto por aproximadamente 30 segundos.
- Siempre cocine hasta alcanzar un color amarillo-dorado. No lo cueza de más (evite freír antes de que el alimento tome un color café/ o uno oscuro).
- Siempre siga las instrucciones de cocción, proporcionada por el fabricante en el paquete.
- Cuando desee freír porciones más pequeñas que las indicadas en el paquete, reduzca el tiempo de cocción.

No llene la cesta más de lo que su capacidad permite, sólo a la mitad

### Después de freír

- Agite y escurra la cesta inmediatamente después de freír, por lo menos 10 segundos sobre la freidora para remover el exceso de aceite.
- No mantenga las frituras sobre el aceite caliente (porque estas se ponen blandas muy rápido).
- Ponga el producto frito en papel absorbente antes de servir.
- Agregue sal de ser necesario y sirva inmediatamente. Cuanto antes, mejor.
- No fría el producto más de una vez.
- Remueva los restos de alimento, entre cada freida.
- Filtre el aceite y limpie la freidora después de usarla.
- No caliente el aceite frito más tiempo del que necesita. Cubra el aceite de la luz cada vez que sea posible.
- Revise la degradación del aceite usando un indicador situable que indique el grado o oxidación.
- Cambie el aceite para freír completamente después de usarlo como máximo 10 veces o siga las recomendaciones incluidas en el empaque.