FRITTIEREN

Film: Youtube. Richtig frittieren. ichkoche.at, 13. 10. 2017

KURZ VORGESTELLT

Auf was sollte man beim Frittieren achten? Welches Öl verwendet man dafür am besten? Tipps und Tricks im Video.

INFORMATIONEN

- Bei dieser Methode werden Lebensmittel in heissem Fett schwimmend gegart.
- Das Öl muss auf 170-180° C erhitzt werden können.
- Die Wahl des Fettes ist hierbei entscheidend. Ideal sind Maiskeim-, Sojaöl oder noch besser Erdnussöl. Alle haben einen sehr hohen Rauchpunkt, können stark erhitzt werden, ohne zu qualmen.
- Als Kochgeschirr eignet sich ein tiefer, schwerer Topf, evtl. mit einem Frittiereinsatz aus Drahtgeflecht. Bequem ist das Frittieren mit einer elektrischen Fritteuse mit Thermostat.
- Die weiteren Tipps im Video.

DATEN

Quelle: Kochen leicht gemacht, Parragon