



Merkblatt

Frittierfette

Stand: Juli 2023

1. Frittierfette sind Lebensmittel

Sie unterliegen daher der Lebensmittelüberwachung. Lebensmittel dürfen nicht gesundheitsschädlich, verdorben oder sonst nachteilig beschaffen sein.

2. Die Verwendung von verdorbenem Frittierfett ist verboten

Werden Frittierfette zu hoch oder zu lange erhitzt, entstehen zahlreiche Umwandlungsprodukte, von denen einige im Verdacht stehen, gesundheitsschädlich zu sein. Solche Frittierfette gelten als verdorben, ebenso die darin frittierten Lebensmittel. Nachteilig veränderte Frittierfette dürfen nicht mehr verwendet werden.

3. Welches Fett soll verwendet werden?

Am besten eignen sich die im Handel erhältlichen Frittierfette und Frittieröle, die speziell für diesen Zweck ausgelegt sind. Tierische Fette sollten nicht verwendet werden, da sie zu schnell verderben. Auch Speiseöle mit einem erhöhten Gehalt an mehrfach ungesättigten Fettsäuren sind nicht zum Frittieren geeignet.

4. Die richtige Fritteuse

Empfehlenswert ist eine stufenlos einstellbare Temperaturregelung. Die Fritteuse sollte am Boden einen Auslauf haben, damit das Fett täglich abgelassen und der Bodensatz entfernt werden kann.

5. Die optimale Frittiertemperatur beträgt 150 °C bis 175 °C

Zu hohe Temperaturen schaden dem Fett, es verdirbt schneller. Ist die Frittiertemperatur zu niedrig, nimmt das Lebensmittel zu viel Fett auf.

Bei Temperaturen über 175 °C wird im Frittiergut außerdem vermehrt Acrylamid gebildet. Acrylamid steht im Verdacht, krebserregend zu sein und entsteht vor allem beim Frittieren von stärkehaltigen, wasserarmen Lebensmitteln wie Kartoffelerzeugnissen oder Gemüsechips.

Mit einem geeigneten Thermometer muss regelmäßig geprüft werden, ob der Thermostat gut funktioniert und ob die eingestellte Temperatur eingehalten wird.

Zur Vermeidung von lokalen Überhitzungen sollte festes Frittierfett zuerst bei 60 °C bis 80 °C geschmolzen werden, bevor die eigentliche Frittier-temperatur eingestellt wird.

In Ruhephasen oder bei längeren Unterbrechungen des Frittiervorgangs sollte darauf geachtet werden, dass das Fett nicht unter eine Temperatur von 130 °C abgekühlt wird, da sich insbesondere der Temperaturbereich zwischen 70 °C und 120 °C negativ auf die Haltbarkeit des Frittiermediums auswirkt. Zusätzlich sollte zum Schutz des Fritterfettes vor Oxidationsprozessen die Fritteuse in den Pausen abgedeckt werden.



6. Wie lange kann ein Frittierfett verwendet werden?

Die Gebrauchsdauer hängt von den Betriebsbedingungen (Fritteusentyp, Temperatur), dem Fett und von Art und Menge an Frittiergut ab.

Fett- und eiweißhaltige Lebensmittel wie Fleisch und Fisch belasten das Fett mehr als stärkehaltige Lebensmittel wie Pommes frites oder Berliner. Deshalb möglichst getrennte Frittierbecken verwenden.

Wichtig: Bei tiefgefrorenem Frittiergut anhaftendes Eis weitgehend entfernen. Bei panierten Lebensmitteln die Panade vor dem Frittieren gut abklopfen.

7. Täglich das Fett ablassen und filtrieren, Fritteuse reinigen

Die angebrannten Frittierrückstände können gesundheitsschädlich sein und beschleunigen den Fettverderb. Deshalb sollte das Fett täglich über einen Fettfilter filtriert werden. Fritteuse und besonders die Heizschlangen mit einem geeigneten Reinigungsmittel und dann mit heißem Wasser reinigen.

8. Wie erkennt man, ob das Fett verdirbt?

Der beginnende Verderb kann erkannt werden durch:

a) merkliche Rauchentwicklung bei 175 °C (zur leichteren Erkennung kurzfristig Absaugvorrichtung abschalten).

b) den typischen, unangenehmen Geruch und Geschmack des Fettes und des frittierten Lebensmittels (Regelmäßig probieren!).

Die Farbe kann täuschen: auch ein helles Frittierfett kann bereits verdorben sein!

Eine zusätzliche Beurteilungshilfe stellen Teststäbchen, Testkits und elektronische Messgeräte dar, die im Fachhandel erhältlich sind.

Es wird empfohlen, bei beginnendem Verderb das gesamte Fettbad zu erneuern.

Im alltäglichen Betrieb sollte daher nur so viel Fett nachgefüllt werden, dass der Fettverlust ausgeglichen wird.

Auch bei Einsatz von Frittiertechniken, bei denen nur teilweise Fett ausgetauscht wird oder bei denen Zusätze die Haltbarkeit des Fettes verlängern sollen, muss das Frittierfett aufmerksam überprüft werden.

9. Wohin mit dem gebrauchten Fett?

Erkundigen Sie sich bei Ihrer Abfallbehörde, welche Entsorgungsmöglichkeiten es in Ihrer Nähe gibt. Keinesfalls darf Frittierfett in die Kanalisation oder in den Hausmüll gegeben werden.

10. Kennzeichnung

Bei der Verwendung von Frittierfetten, deren Zutaten Allergien oder Unverträglichkeiten auslösen können (z. B. Erdnussöl), sind entsprechende Allergienhinweise vorzusehen. Vollständig raffiniertes Sojabohnenöl und -fett ist davon ausgenommen.

Auch auf die Verwendung von Frittierfetten/ -ölen, welche aus genetisch veränderten Organismen (GVO) hergestellt wurden, ist hinzuweisen.