

SaronnoNews

Friggitrice ad aria: cos'è e come funziona

divisionebusiness · Monday, December 20th, 2021

Una delle tecniche di **cottura** maggiormente utilizzate nella cucina è sicuramente la frittura. Tuttavia, è risaputo che mangiare cibi fritti, specie quando viene utilizzato un olio di scarsa fattura, **non è propriamente salutare**. Non a caso, i dietologi sconsigliano di mangiare cibi fritti, se non sporadicamente. In ogni caso, se si adora la frittura e non si ha nessuna intenzione di dirgli addio esiste una soluzione: si tratta della **friggitrice ad aria**. Può sembrare strano, ma utilizzare questo strumento significa poter mangiare cibi fritti senza utilizzare **nessun tipo di olio**, il che è un'ottima notizia per la salute delle persone. In poche parole, grazie a questa particolare friggitrice è possibile mangiare un'ottima porzione di patatine fritte senza preoccuparsi della propria linea o dei problemi che potrebbe causare l'olio al proprio fegato o alla propria salute in generale.

Come funziona la friggitrice ad aria?

Fatte le debite premesse, occorre ora precisare il meccanismo di funzionamento di questa particolarissima **friggitrice** che frigge senza olio. Potrà sembrare strano ma il funzionamento di una friggitrice ad **aria calda** è piuttosto semplice. Essa, infatti, è dotata di una camera di cottura, in grado di cuocere le pietanze senza utilizzare un grasso come vettore della cottura (cioè senza olio). In questo caso, infatti, il vettore è l'aria riscaldata, che **circola ad alta velocità e circonda gli alimenti**. Il risultato è molto simile ad una frittura tradizionale, con un esterno croccante e l'interno morbido e succoso.

Come scegliere la friggitrice ad aria

Scegliere la [miglior friggitrice ad aria](#) potrebbe non essere semplice. Ci sono delle caratteristiche da considerare per acquistare un prodotto ottimale. In primo luogo, è fondamentale orientarsi su modelli in grado di raggiungere temperature di **almeno 200°** o superiori. Infatti, per una **cottura perfetta** e simile ad una frittura tradizionale, è necessario utilizzare temperature elevate. Bisogna, poi, tenere conto del cestello. In commercio, infatti, esistono modelli di friggitrici ad aria con **capienze diverse**, a seconda delle porzioni da cucinare di volta in volta.

Vantaggi della friggitrice ad aria

Acquistare una friggitrice ad aria calda ha molteplici **vantaggi**. Per prima cosa è doveroso sottolineare che il metodo di cottura di questo elettrodomestico, permette di risparmiare l'utilizzo dell'olio (per ottenere una frittura croccante ed asciutta occorre utilizzare il metodo ad immersione, pertanto impiegare molto olio) ottenendo anche una cottura più salutare. Utilizzare la friggitrice ad aria calda, inoltre, è più sicuro **ed eco-friendly**. Infatti, l'olio utilizzato durante le fritte

tradizionali, deve essere smaltito in maniera corretta per non inquinare. In più, durante la cottura, l'olio può schizzare, oppure non cuocere bene i cibi se non ha raggiunto la **temperatura adeguata**. Ciò non avviene con la friggitrice ad aria, ed inoltre è possibile prolungare il tempo di cottura se necessario, senza alterare le caratteristiche degli alimenti. Non si può fare lo stesso, invece, con i fritti tradizionali: dopo averli **rimossi dall'olio**, non possono essere immersi nuovamente senza impregnarli troppo. La frittura senza olio, ancora, non produce cattivi odori, e non è necessario lasciar arieggiare gli ambienti al termine.

This entry was posted on Monday, December 20th, 2021 at 6:11 pm and is filed under
You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.