



©La Hostelera

## El filtrado del aceite, una acción que aporta ahorro, calidad y seguridad alimentaria

10-01-2023

**El elevado precio del aceite de oliva puede hacer dudar de su uso para elaborar fritos en restauración (más tras las malas cosechas de 2022 que han influido enormemente en la subida de precios). No obstante, tal como nos explica Iván Saura en este artículo, utilizar sistemas de filtrado de aceite puede ser una solución fácil, rentable, segura y que mantiene la calidad de las elaboraciones.**

Grasas y aceites vegetales refinados en proporciones variables (fracción líquida de aceite de palma refinada, aceite de girasol refinado y winterizado, aceite de girasol alto oleico, antioxidantes naturales, E-306, E-304i, E-472c, E-310 y antiespumante E-900).

Esta es la lista de ingredientes del 'aceite alimenticio de alto rendimiento para freír' que suele utilizarse en restauración. No es que tenga muy buena pinta ¿Lo usarías en casa? No, ¿verdad?

Estos aceites de mala calidad tienen un punto de humo alrededor de 200-230°C y ese es uno de los secretos de su éxito, dado que cuanto más tarde se deterioren más duran y, en consecuencia, más ahorro. Pero por ejemplo, para freír patatas, el Reglamento de la Comisión (EU) 2017/2158 indica que las temperaturas al freír deberán ser inferiores a 175°C debido a los peligros de la acrilamida. ¡Algo no cuadra!

Por otro lado, las mezclas de aceites vegetales suelen estar compuestas por aceites de girasol, maíz o soja, y pueden contener aceites hidrogenados o parcialmente hidrogenados. Estos aceites son procesados de manera química y pueden contener grasas trans, que se ha demostrado que son perjudiciales para la salud. Además, las mezclas de aceites vegetales a menudo son menos estables y pueden descomponerse más fácilmente a altas temperaturas, lo que puede liberar productos químicos dañinos.

**¿Es tan caro que es inviable utilizar aceite de oliva? (ya no)**

Es comprensible pensar que el elevado precio del aceite de oliva puede hacer inviable su uso para elaborar fritos. Además, las malas cosechas de 2022 han influido enormemente en la subida del precio de este producto, y es todavía más caro que en años anteriores.

Ante esta situación hacen falta soluciones eficientes para hallar el balance perfecto, y así seguir brindando platos de calidad mientras se ahorra.

La solución es más sencilla y más económica de lo que muchos piensan: el filtrado del aceite. La reutilización es la única forma de que la fritura –la de calidad– no cueste ‘un ojo de la cara’. Al reutilizar, ya no es tan caro, ya no es tan inviable... ya no hay excusa para utilizar aceites de baja calidad.

### ¿Cuál es la mejor forma de reutilizar el aceite de la freidora industrial?

La mejor forma de reutilizar el aceite es no dejar que se ensucie y se deteriore; no dejando que se degrade. ¡Un aceite quemado ya no es recuperable!

Aproximadamente el 98% de las cocinas desechan el aceite después de una inspección visual. Esto no tiene ningún criterio científico ni vale para mucho, o al menos, no es eficaz.

Existen sistemas de filtrado profesional con los que, dedicando entre tres y cinco minutos diarios, el aceite de oliva puede multiplicar su vida útil por cinco.

Hay que conocer de alguna forma el contenido de compuestos polares para respetar al máximo la Orden de 26 de enero de 1989 por la que se aprueba la ‘Norma de calidad para los aceites y grasas calentados’.

Esta orden nos indica, entre otras cosas, lo siguiente:

- Para ser apto para el consumo humano, el contenido en Compuestos polares (PTM) será inferior al 25% determinado de acuerdo con el método analítico.
- Se prohíbe la adición de cualquier elemento químico.
- Se admite la adición de aceite nuevo para recuperar niveles en las freidoras.

Los compuestos polares, para resumir, diremos que son la suma de todas las grasas, las acumuladas en el aceite y las propias de la misma alimentación elaborada. Un medidor de compuestos polares es imprescindible para saber cuándo debes desechar el aceite sin hacerlo ‘a ojo’.

Existen sistemas de filtrado profesional con los que, dedicando entre tres y cinco minutos diarios, el aceite de oliva puede multiplicar su vida útil por cinco. Esto conlleva ahorros de hasta el 85%.

Comprar un filtro de aceite para freidoras supone:

1. – **Mantener el aceite en óptimas condiciones durante más tiempo.** Al tener un adecuado sistema de filtrado, se limpiarán las partículas sobrantes y los restos de comida carbonizada. Así conservarás este material prolongadamente.
2. – **Seguir produciendo comida con un sabor y textura increíbles.** Los residuos atrapados en la grasa hacen que, al reutilizar el aceite, la comida absorba el sabor de los restos de comida, y que además queden empapados de grasa. Los filtros de aceite impedirán que esto pase.
3. – **Ahorro.** Extendiendo la duración de tu aceite, conseguirás ahorrar las tarifas de mantenimiento y de materia prima. En definitiva, una alternativa ideal para quienes trabajan en la producción de alimentos, y si tú eres uno ¿qué esperas para tener el tuyo?
4. – **Limpeza más fácil.** El aceite reutilizado y con restos de comida genera residuos y manchas en las freidoras. La situación se torna peor si ha pasado mucho tiempo, ya que lidiarás con más dificultades para limpiarlas, e incluso podrían obstruir las máquinas. Un sistema de filtrado eficiente en tus freidoras industriales disminuirá los costes de reparación.
5. – **Menor carga de trabajo.** Menos cambios de aceites significa menos volumen de trabajo. El buen mantenimiento hará que se eviten esa tediosa tarea y se pueda dedicar ese tiempo a otras funciones.

### El aceite de oliva... el mejor para la salud

El aceite de oliva, tanto en su versión virgen como extra virgen, es rico en vitamina A, D y K y favorece la absorción de minerales, como el calcio, el fósforo, el magnesio y el zinc. Es un componente importante de la dieta mediterránea, que se ha relacionado con una serie de beneficios para la salud porque es rico en grasas saludables, especialmente en grasas monoinsaturadas, que se han relacionado con la reducción del riesgo de enfermedades cardíacas y con la regulación del colesterol.

Iniciativas como la de Scolarest, que hemos podido leer en estas mismas páginas, no solo van a ser iniciativas diferenciadoras, sino

que van a ser viables gracias a los filtros de aceite.

¡Usa y reutiliza aceite de oliva en tu cocina. No te vas a arrepentir!

#### Noticias Relacionadas

- Los aceites de oliva, alternativa saludable y natural al consumo de grasas trans
- El uso de aceite de oliva en colectividades ha bajado del 31% al 25% en los últimos tres años
- La acrilamida: riesgos, recomendaciones y cambios del nuevo reglamento europeo
- Los aceites de oliva virgen, los mejores para freír según todas las evidencias científicas



**Iván Saura** es fundador y gerente de [La Hostelera](#) desde 2008. Postgrado en seguridad alimentaria (EPSI-UAB), ha desarrollado su carrera desde 1998 hasta la actualidad en el sector del diseño y equipamiento de cocinas profesionales y ha sido pionero en la comercialización *online* de equipamiento para hostelería.  
[Linkedin](#)