

Propuesta de un código de buenas prácticas en la hostelería europea para minimizar la presencia de acrilamida en los alimentos

La acrilamida es una sustancia química que se crea de forma natural en productos alimenticios que contienen almidón durante procesos de cocción cotidianos a altas temperaturas (fritura, cocción, asado y también durante procesos industriales a 120°C y a baja humedad). Dadas las conclusiones a que ha llegado la Agencia de Seguridad Alimentaria de la Unión Europea sobre los efectos cancerígenos de la acrilamida, y con el objeto de ayudar a los negocios hosteleros a minimizar la presencia de acrilamida en los alimentos que sirven a los consumidores, HOTREC ha elaborado una serie de recomendaciones:

1. Medidas para evitar o minimizar la formación de acrilamida en las patatas fritas y otros productos de patata ya cortados (fritos)

Para evitar en lo máximo posible la formación de acrilamida, los restaurantes deben considerar lo siguiente:

- En lo posible, utilizar variedades de patata con bajo contenido de azúcar.
- En lo posible, utilizar un tipo de aceite que permita una fritura más rápida y/o a menor temperatura.
- No almacenar las patatas a una temperatura inferior a 6 grados.
- Al freír patatas y productos de patata, usar temperaturas más bajas con un máximo de 175°C.
- Freír las patatas hasta obtener un color dorado:
 - Evitar freír hasta un color oscuro o quemado
 - Tener siempre disponible en la cocina como referencia la guía de color de las frituras elaborada por la Asociación Europea de Procesadores de Patata (Anexo).
- Mantener la calidad del aceite:
 - Colar frecuentemente para quitar los restos de anteriores frituras;
 - Renovar el aceite frecuentemente.
- Cuando se usen productos de patata congelados, seguir las instrucciones de cocinado recomendadas.

2. Medidas para evitar o minimizar la formación de acrilamida en productos de panadería.

Para evitar al máximo posible la formación de acrilamida, los restaurantes que preparen su propio pan o productos de panadería, deben considerar lo siguiente:

- Cuando se hace el pan:
 - Cocer hasta obtener un color dorado, evitando el tostado excesivo.
 - En lo posible, al hornear usar una temperatura más baja con un mayor tiempo de horneado.
- No tostar en exceso el pan y los productos de panadería.
- Cuando se use pan o productos de panadería precocidos para terminar de hacer en el restaurante, seguir las instrucciones de cocinado recomendadas.

Anexo.



Frying colour guidance for end users - Jan. 2016



Frying colour
Agtron = 65
USDA = 0
Light Golden



Frying colour
Agtron = 55
USDA = 1
Golden Yellow



Frying colour
Agtron = 40
USDA = 2
Golden Brown