



General | | Actualitzat el 17/03/2023 a les 07:30

# Els 10 errors més freqüents quan fem servir la fregidora d'aire

*Permet fer receptes saludables amb la mateixa qualitat que els processos tradicionals*

[inicentrareport]La **fregidora d'aire** és un dels invents culinaris més estimats els darrers temps. Permet cuinar gairebé de tot i el resultat està al nivell dels que s'obtenen amb els processos tradicionals. Menys oli, menys calories i receptes més saludables. La combinació ideal.

Si bé, per treure-li el màxim partit, convé utilitzar-la correctament i evitar errors habituals, com els deu que recollim a continuació:

## [GotaVerdaPle] **Preescalfa-la sempre**

Els usuaris inexperts consideren la funció de preescalfar com una opció més, però no saben que és imprescindible per aconseguir un resultat òptim i amb una menor inversió de temps. Així, cal configurar la fregidora d'aire a la temperatura adequada abans de disposar-hi el menjar.

## [GotaVerdaPle] **Quin és el lloc indicat per col·locar-la?**

Aquest error no és exclusiu d'aquest electrodomèstic. Si és important que la fregidora estigui calenta abans de cuinar, cal saber que aquesta calor no queda aïllada en el seu interior. Les altes temperatures que desprèn, poden danyar la superfície i els objectes del seu voltant. Per això, cal disposar-la en una zona resistent.

## [GotaVerdaPle] **Neteja-la bé!**

Que el menjar deixa olors i restes no és un secret per a ningú. Tot i que no es cuini amb oli. Així, per evitar que els menjars cuinats anteriorment afectin el gust dels següents, cal netejar correctament totes les parts de la fregidora que ho permetin. I no és suficient amb un paper. L'aigua i el sabó no li faran cap mal, sempre que s'apliquin amb un drap.

## [GotaVerdaPle] **No és només per fregir**

Es diu fregidora, però no només serveix per fregir. El seu funcionament és similar al d'un forn i permet cuinar gairebé qualsevol mena de recepta. Per tant, si vols torrar pa, fer un pastís o bullir verdura, també és la teva aliada.

## [GotaVerdaPle] **Si cuines aliments humits, t'enduràs una decepció**

La fregidora d'aire, com indica el seu nom, funciona a partir d'aire calent. Per tant, si s'introdueixen aliments humits, la calor evaporarà l'aigua i quedaran remullats i tous. En canvi, amb els productes secs, l'aire calent farà que quedin cruixents i torrats.

## [GotaVerdaPle] **No et passis amb l'oli**

Pel mateix motiu que s'acaba d'explicar en el punt anterior, si es cuina amb massa oli, el resultat no serà l'esperat. De nou, els aliments quedarien massa humits i, en conseqüència, remullats i tous. De la mateixa manera, però, cal vigilar de no pecar per la banda contrària i no afegir suficient oli.



---

### [GotaVerdaPle] **Temps i paciència**

Els usuaris de la fregidora d'aire són, per definició, gent ocupada. Si més no, amb poques possibilitats de perdre el temps a la cuina. Si bé, incorporar tots els aliments a la vegada per estalviar temps pot ser contraproduent si se supera la capacitat màxima de l'electrodomèstic. De la mateixa manera, és recomanable deixar una certa distància entre aquests aliments.

### [GotaVerdaPle] **Gira els aliments**

A la paella, la carn, a volta i volta. Doncs a la fregidora d'aire, també. La majoria de receptes exigeixen que, a la meitat del procés, es girin els aliments perquè es cuinin amb la mateixa intensitat per totes les parts, però la fregidora no és màgica i caldrà que ho facis tu de manera manual.

### [GotaVerdaPle] **Vigila quins accessoris li afegeixes**

Com qualsevol electrodomèstic que funcioni amb calor, cal vigilar especialment per no provocar incendis ni altres incidències. Per això, és important fer servir accessoris compatibles amb la fregidora. El paper de forn, per exemple, no sempre és segur.

### [GotaVerdaPle] **Bonus: encén la fregidora**

No és l'electrodomèstic més senzill del món, però tampoc és tan intuïtiu com pot semblar. Ves amb compte a l'hora de configurar la fregidora i encendre-la, perquè et pots endur una sorpresa. Sobretot, al principi. Internet i les xarxes socials són plens de consells i tutorials per estalviar-te maldecaps.

[ficentrareport]