



## Ponowne wykorzystanie oleju w kuchni



Bez oleju trudno wyobrazić sobie gotowanie. Większość z nas prawdopodobnie pozbywa się go po jednym smażeniu, niektórzy decydują się na jego ponowne użycie. Jak przechowywać olej po smażeniu i dlaczego powinien później trafić do utylizacji?

### Zasady ponownego użycia oleju

Olej po smażeniu należy schłodzić, przefiltrować np. przez gazę i przelać do nieprzezroczystego, zamykanego naczynia. Taki olej można przechowywać w ciemnym, chłodnym miejscu lub lodówce.

Warto mieć na uwadze spadek jakości oleju po każdym smażeniu oraz to, że obecność dodatków, np. przypraw, powoduje szybsze psucie.

### Jak rozpoznać, że olej jest zużyty?

Wskazywać może na to ciemny kolor produktu – to może oznaczać, że jest on już przepalony, nieprzyjemny

zapach, brak małych bąbelków, które powinny powstawać podczas smażenia, dymienie czy powstawanie piany w czasie podgrzewania na patelni. W takim tłuszczu powstają toksyczne związki, które mogą stanowić przyczynę chorób nowotworowych, neurologicznych, serca czy wątroby. Taki olej nie nadaje się już do przygotowywania potraw i należy go zutylizować.

### **Jak utylizować zużyty olej w kuchni?**

Olej posmażalniczy jest traktowany jako odpad komunalny. Nie może on trafiać do kanalizacji, być spalany czy też wylewany w przypadkowych miejscach. W naszej gminie możemy oddać go specjalnych pojemników na zużyty olej i tłuszcz jadalny. Ich rozmieszczenie można sprawdzić na mapie: [www.segregujolej.pl/mapa](http://www.segregujolej.pl/mapa). Zużyty olej zostanie oczyszczony i ponownie wykorzystany do produkcji biopaliw.

---

Źródło: <https://www.brzesko.pl/aktualnosc/86466,ponowne-wykorzystanie-oleju-w-kuchni>

Data wydruku: 2026-05-04 20:23:18