

Cucinare senza glutine

Assumi i giusti comportamenti in cucina

Ricorda:
la sicurezza deve essere al primo posto



✓
INFORMARE
SENZA GLUTINE



01

Mani e piani di lavoro ben lavati

Ogni briciola o anche un minimo residuo di farina sono dannosi per il celiaco. Questa regola ti permetterà di evitare la contaminazione degli alimenti che utilizzerai.



02

Utensili e indumenti puliti e dedicati

Dedicare strumenti da cucina e grembiuli al servizio senza glutine è un'ottima strategia per abbattere gli errori. È un'altra regola per evitare la contaminazione.



03

Ingredienti senza glutine

Sono numerosi, ma vanno scelti con attenzione. Per quelli che non sono naturalmente senza glutine, cerca il claim senza glutine in etichetta, il simbolo SPIGA BARRATA (⊗), o consulta il Prontuario AIC degli Alimenti.



04

Acqua e olio non contaminati

Quando cuoci o friggi alimenti senza glutine utilizza sempre acqua e olio dedicati. Non bollire o friggere nella stessa pentola alimenti con e senza glutine.



05

Forno dedicato

Per la cottura degli alimenti con e senza glutine usa il forno in momenti diversi e dopo averlo ben pulito. Per la pizza con e senza glutine usa forni separati.



06

Piatti contrassegnati

Per non causare errori nel servizio usa un segno distintivo per la pietanza senza glutine: piatto colorato o di diversa forma, foglia di basilico o altri particolari. Dai spazio alla fantasia, ma attenzione! Tutto il personale deve conoscerne il significato.



07

Caffè espresso non contaminato

Il caffè conclude il pasto e non deve essere motivo di errore. Se non possiedi una macchina per il caffè d'orzo e quelli aromatizzati, dedica un braccetto alla produzione del solo caffè espresso.



08

Personale informato

Tutto il personale deve essere informato sui giusti comportamenti e partecipare alla realizzazione di un ottimo servizio senza glutine.



Ricordati che offrire un servizio senza glutine comporta responsabilità. Seguire queste semplici regole ti aiuterà nel preparare un pasto idoneo per il cliente celiaco.



SEGUICI SU



www.facebook.com/AIC.Lombardia
www.twitter.com/AICLomb



www.aiclombardia.it