

Olio	Punto di fumo (°C)
Olio extravergine di oliva (raffinato)	210
Olio extravergine di oliva (non filtrato)	160
Olio di oliva (raffinato)	230
Olio di semi di girasole	210
Olio di arachidi	220
Olio di mais	180
Olio di soia	180
Olio di riso	215
Olio di vinacciolo	175
Olio di cocco	230
Olio di colza (canola)	200
Olio di lino	110
Burro chiarificato (ghee)	250
Strutto	190

