

FICHE 10

**CONDITIONS ET DURÉES MAXIMALES DE CONSERVATION
SELON LA CATÉGORIE D'ALIMENTS**

La durée de conservation est le temps pendant lequel un produit restera sain et conservera son goût, sa valeur nutritive et toutes autres qualités revendiquées par le fabricant, pourvu que l'aliment soit entreposé dans des conditions adéquates.

Pour évaluer la durée de conservation d'un aliment, il faut prendre en compte 3 éléments :

- ▶ La température de conservation,
- ▶ Les caractéristiques physico-chimiques de l'aliment,
- ▶ L'ouverture de l'emballage protecteur (y compris la coquille pour les œufs).

Lisez les étiquettes des produits que vous achetez, vous y trouverez en général les informations sur :

- les conditions nécessaires pour une bonne conservation du produit avant et après ouverture,
- les dates limites de consommation ou dates limites d'utilisation optimale avant ouverture et quelquefois les durées de conservation après ouverture.

LA TEMPÉRATURE DE CONSERVATION

- ▶ Certains traitements thermiques permettent de détruire tout ou partie des micro-organismes (ex : cuisson, pasteurisation, stérilisation).
- ▶ En aucun cas la réfrigération ou la congélation ne détruisent les micro-organismes, mais la température de conservation permet de maîtriser leur développement : plus la température de conservation est basse, plus le développement des micro-organismes est ralenti voire stoppé.

- ▶ Toutefois, la réfrigération n'est pas toujours obligatoire notamment dans le cas de produits qui présentent des caractéristiques défavorables pour le développement des micro-organismes (voir ci-dessous).
- ▶ La congélation permet de stopper le développement de nombreux micro-organismes et de ralentir celui de ceux qui se sont adaptés aux basses températures.
- ▶ La surgélation est un processus de congélation permettant d'atteindre la température de -18°C rapidement au cœur de l'aliment, température au-dessous de laquelle il n'y quasiment plus aucune croissance microbienne. Attention, une fois décongelés, les aliments doivent être considérés comme très périssables.
- ▶ Dans tous les cas, il convient de respecter les températures de conservation indiquées sur l'emballage des aliments industriels.

**LES CARACTÉRISTIQUES
PHYSICO-CHIMIQUES**

- ▶ Les aliments diffèrent par leurs caractéristiques physico-chimiques : la quantité d'eau contenue dans l'aliment, la présence de sucre, d'acide ou encore d'alcool. En fonction de celles-ci, les micro-organismes trouveront un milieu plus ou moins propice à leur développement. Pour se développer, un micro-organisme a généralement besoin d'eau, de nutriments et d'une acidité moyenne. Certains facteurs, comme la présence d'alcool, freinent la croissance des micro-organismes. À l'inverse, certains aliments comme les viandes et les œufs représentent des milieux

idéaux pour le développement des micro-organismes.

- De même, les micro-organismes nuisibles auront d'autant plus de facilité à se développer « qu'ils ont de la place ». Ainsi, dans les produits fermentés pour lesquels les ferments peuvent être encore vivants lors de l'achat (yaourts, fromages, charcuteries, boissons...), le milieu est occupé par les ferments et laisse donc moins de possibilité aux autres micro-organismes de se développer (tous les micro-organismes se retrouvent « en compétition »).

On peut donc alors classer les aliments en produits stables et produits périssables réfrigérés.

- **Produits stables** : produits présentant des caractéristiques physico-chimiques défavorables au développement des micro-organismes ; ils peuvent être conservés sur une durée longue ne nécessitant pas de réfrigération.
- **Produits périssables réfrigérés** : produits présentant des caractéristiques physico-chimiques favorables au développement des micro-organismes ; ils doivent être conservés au réfrigérateur.

L'OUVERTURE DE L'EMBALLAGE PROTECTEUR

Pour permettre une conservation plus longue, les produits sont généralement emballés. Cet emballage représente une barrière pour les micro-organismes extérieurs à l'aliment et évite

ainsi les contaminations. Il faut donc distinguer les durées de conservation pour les produits entamés.

Les produits non entamés

- La durée de conservation est déterminée par les fabricants et les détaillants. Elle est indiquée sur l'étiquetage des produits. On distingue en fonction des caractéristiques de l'aliment :
 - DLC (Date Limite de Consommation) « à consommer jusqu'au » pour les produits très périssables (viande, produits laitiers...), date jusqu'à laquelle la denrée peut être consommée sans présenter de risque pour le consommateur, sous réserve qu'elle ait été conservée à la température indiquée sur l'étiquette. Ne pas consommer les produits au-delà de cette date.
 - DLUO (Date Limite d'Utilisation Optimale) « à consommer de préférence avant » pour les produits stables comme l'épicerie (pâtes, conserves...) ou les produits stabilisés par la température comme les produits congelés et surgelés, date jusqu'à laquelle la denrée conserve ses propriétés organoleptiques. Au-delà de cette date, la denrée ne présente pas de risque pour le consommateur mais perd petit à petit ses qualités organoleptiques et nutritionnelles (vitamines...).

Ces dates sont valables tant que le produit n'est pas ouvert.

Les produits entamés

- Dès lors qu'un aliment est entamé, sa durée de conservation et, par conséquent, sa date de péremption sont réduites. Ainsi, certains



produits qui étaient considérés comme stables deviennent après ouverture des produits périssables. Exemples : jus de fruits en briques, conserves...

- Il convient de se conformer aux indications données par le fabricant sur l'étiquette. Ces indications résultent d'études et de la connaissance des caractéristiques du produit. Par exemple, certains fabricants indiquent sur l'étiquetage des mayonnaises « à conserver au réfrigérateur un mois après ouverture ».
- Si aucune information n'est mentionnée sur l'étiquetage, il convient de conserver le produit entamé au réfrigérateur et de le consommer rapidement.

Les plats chauds

- Ceux-ci sont à consommer dans les 2 ou 3 jours qui suivent, sous réserve que les conditions d'hygiène aient été respectées lors de la préparation et qu'ils soient protégés et conservés rapidement à une température ne dépassant pas +4°C.

Comment refroidir un reste de plat chaud :

- Mettre le produit encore chaud dans une barquette supportant les hautes températures et que l'on peut fermer hermétiquement. On peut encore placer un film plastique ou un papier aluminium sur une barquette ou un plat alors que le produit est encore chaud.

- Laisser ensuite refroidir le produit dans un endroit frais ou à défaut à température ambiante pas plus de 2 heures avant de le placer au réfrigérateur.
- Choisir la contenance des barquettes afin d'éviter plusieurs réchauffage des restes. Rappelons qu'il n'est pas conseillé de conserver les restes dans le plat de service ni dans une boîte de conserve.
- Afin de limiter les risques de migration de particules, il est préférable :
 - d'éviter le papier aluminium avec les produits acides,
 - d'éviter le film plastique avec les produits gras.

Lors de la consommation des restes, bien réchauffer à 63°C à cœur les produits afin de détruire d'éventuels micro-organismes qui auraient pu se développer lors du stockage. Rappelons que le micro-onde ne permet pas d'atteindre des températures aussi homogènes que la cuisson à la poêle.

Attention : le réchauffage ne permet pas de détruire les éventuelles toxines produites par certains micro-organismes.

Pour les plats achetés chauds, les réchauffer à plus de 63°C avant consommation si la température a trop diminué dans les 2 heures qui suivent (ne pas réchauffer au micro-onde). Jeter les restes.

Les produits achetés à la coupe

Concernant les aliments périssables, achetés chez des artisans (bouchers, traiteurs, charcutiers...) ou préparés par un artisan à domicile ou vendus au détail ou à la coupe, il convient de respecter une température de conservation de +4°C maximum et de jeter les produits au-delà de 72h maximum. Pour les poissons, ce délai est ramené à 24h.