

CUISSON - RÉFRIGÉRATION - CONGÉLATION : IDÉES REÇUES ET CONSEILS HABITUELS

Source : <http://www.e-sante.be> - Article publié par Sophie-Anne Tudal - Vétérinaire du site animalissimo.com

On dit beaucoup de chose sur la congélation et bien des choses font peur... mais qu'en est-il vraiment ?

" La réfrigération et la congélation tuent les microbes " :

FAUX, simplement, elles évitent leur multiplication. Si un aliment est resté à température ambiante trop longtemps et que des germes se sont développés, le mettre au réfrigérateur ou au congélateur ne va pas l'assainir.

" Ne jamais recongeler un aliment décongelé " :

VRAI, autant pour des motifs sanitaires qu'organoleptiques (de goût).

" La cuisson tue les microbes " :

OUI et **NON**, une cuisson soutenue tue la plupart des germes mais est insuffisante pour détruire les spores et les toxines. La cuisson n'est donc pas un moyen infaillible pour assainir des produits contaminés. Mieux vaut prendre des mesures de précaution en amont. La plupart des germes se développent à température ambiante (entre 10 et 55°C), il faut donc éviter au maximum que les aliments restent à ces températures. Si un plat n'est pas consommé directement après cuisson, on le mettra rapidement au réfrigérateur. Pour les mêmes raisons, on évitera la décongélation à température ambiante mieux vaut décongeler au réfrigérateur ou mettre directement en cuisson.

" Puis-je congeler un aliment dont la date limite de consommation arrive à terme pour le prolonger ? "

OUI si vous avez bien conservé cet aliment et qu'il est encore bon à consommer, vous pouvez le congeler mais attention, une fois décongelé, il faudra le consommer immédiatement.