

Produits périmés que pouvons-nous manger ?

Nous vivons dans un pays où nous devons nous méfier quotidiennement des conditions de stockage, ainsi que des dates de péremption des produits frais vendus dans les magasins. Aussi, est-il bon de connaître certaines règles, quant à la consommation d'un produit laitier dont la date est dépassée, (encore faut-il savoir les lire !), des surgelés, boîtes de conserve ou sodas...

Peut-être cet article vous rassurera. Bien que cela ne peut jamais être juste en Égypte, vues les conditions de transport, de stockage et de maintien de la chaîne de froid.

(DLC : date limite de consommation)

Les produits laitiers...

A savoir qu'un produit laitier de type yaourt peut se consommer jusqu'à deux à trois semaines après



la date de limite de consommation! Plus ils vieillissent, plus ils s'acidifient. Des bactéries se présentent certes, mais ne peuvent se développer dans un tel milieu hostile. S'il y a dévelop-

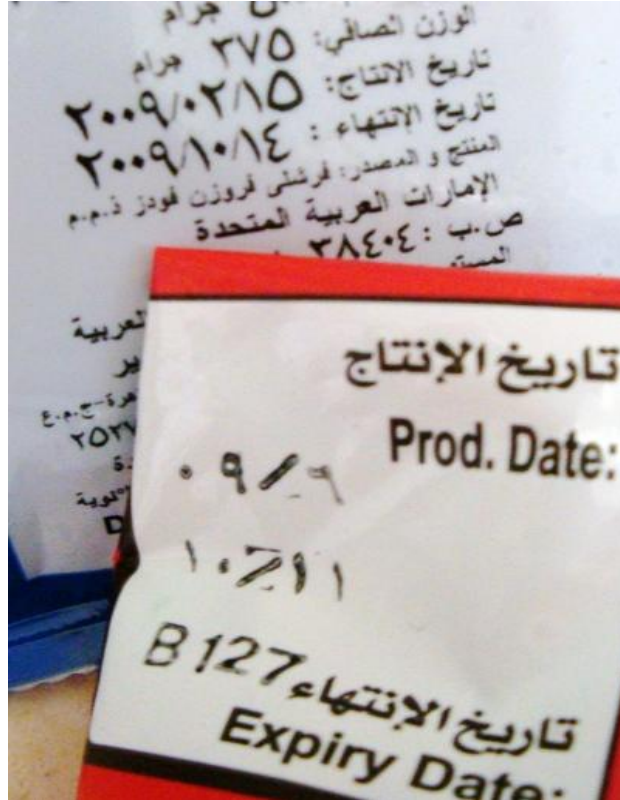
pement de moisissure à la surface, à la poubelle sans hésitation !

Par contre, tous les produits gélifiés (crème dessert, flans, liégeois...) ne sont quant à eux consommables maximum deux à trois jours après la DLC.

Les sauces...



Les sauces mayonnaise, ketchup, moutarde, si elles ne sont pas ouvertes, peuvent se consommer deux semaines de plus que la date indiquée. Après ouverture, la mayonnaise



se garde au frais deux à trois semaines, deux mois pour le ketchup et seulement 48 à 72 heures pour les sauces tomate en bocal. La moutarde se conserve plus longtemps grâce à sa teneur riche en vinaigre.

Les surgelés...

Pour celles qui achètent des produits surgelés, il est recommandé d'éviter les petits magasins de coin de rue qui sont susceptibles d'éteindre leurs congélateurs la nuit !... Il existe maintenant de plus grands magasins, chez qui nous pouvons être à peu près sûrs qu'ils n'arrêtent pas leurs congélateurs ; par exemple Métro est ouvert 24h/24.

Sachez tout de même qu'un produit congelé se garde 12 à 18 mois dans un congélateur à -18°C. Seule exception, le steak haché, qui ne peut se garder plus de 9 mois au congélateur.

Les conserves et produits secs...

Les boîtes de conserve, malgré une date limite d'utilisation optimale, se gardent plusieurs années encore ! Les risques sanitaires sont nuls, car le produit est stable. Il ne faut pas que la boîte soit abîmée, gonflée, rouillée, ou déformée. Le contenu de la boîte perdra en saveur, couleur et vitamines, mais il n'y aura pas de risque pour la santé.



► ► Produits périmés, que pouvons nous manger (suite)

Les produits secs peuvent se garder là aussi indéfiniment, s'ils sont stockés dans un endroit sec et à l'abri de la lumière. Ils perdront certes de leur saveur, mais ne présentent aucun risque pour la santé.

Les confitures, pots de chocolat, épices, thé, café, peuvent se garder des années au-delà de la date limite de consommation, mais perdront certainement un peu de leur saveur progressivement. Attention aussi aux épices achetées « en vrac », elles ne sont pas forcément traitées pour la conservation.

Le chocolat blanchi n'est qu'une remontée de cacao, la saveur y est préservée.

Les boissons...

Quant aux boissons, il est préférable de respecter les dates limites de consommation, et de les stocker dans un endroit à l'abri de la lumière et au sec.

Le lait en brique et les bouteilles plastique sont encore consommables deux mois après la date indiquée ! Il n'y a aucun risque de microbes, si l'emballage ne présente pas de gonflement bien sûr, seulement une perte de goût et de teneur en vitamines et sels minéraux.

Au-delà de la DLC, la boisson peut changer de saveur. A plus long terme, le matériau de la bouteille peut « migrer » dans la boisson ; or, plus le liquide est corrosif (comme les jus de fruits), plus la migration est accélérée...



Tous ces conseils et indications sont tirés d'un article paru dans MARIE-FRANCE du mois de janvier 2009, article rédigé avec l'aide d'un ingénieur agroalimentaire.

■ Corinne ESCHBACH