

Conservation et fraîcheur des aliments

Dans un numéro précédant, nous avons abordé, à propos des œufs, la notion de fraîcheur, et employé l'abréviation 'DLUO'. Un petit sondage auprès de personnes de nos entours nous amène à apporter des précisions sur les dates inscrites sur les emballages des produits d'alimentation (humaine et animale), et de soins.

Commençons par le texte, reproduit ici intégralement, que l'on trouve sur le site du Ministère de l'Agriculture et de la pêche :



« En matière de conservation, le conditionnement des produits alimentaires doit indiquer au consommateur la limite au-delà de laquelle un aliment est susceptible d'avoir perdu soit ses qualités microbiologiques (pouvant entraîner des problèmes sanitaires), soit ses qualités gustatives, physiques, ou nutritives.

Pour les denrées périssables, on parle de date limite de consommation (DLC). Cette limite est impérative. Elle s'applique à des denrées sensibles, souvent riches en eau, qui sont susceptibles après une courte période de présenter un danger pour la santé humaine. Cette DLC est indiquée sur le conditionnement par la formule « A consommer jusqu'au... », suivie de la date limite déterminée par la loi ou par le producteur. Les produits comme les yaourts, la viande fraîche, le poisson, les plats cuisinés non stérilisés... présentent généralement une DLC. Ils doivent impérativement être retirés de la vente une fois la date dépassée. (NDLR : si vous en trouvez en rayons de libre-service, il est de votre devoir de le signaler au personnel).

A l'inverse, certains produits présentent une date limite d'utilisation optimale (DLUO). Une fois la date passée, la denrée ne présente pas de danger pour la santé mais peut en revanche avoir perdu tout ou partie de ses qualités : goût, texture... Sur le conditionnement, la DLUO est indiquée par la formule « A consommer de préférence avant... », suivie d'une indication temporelle d'autant plus précise que la DLUO est courte. La plupart des boîtes de conserve et des produits alimentaires à faible teneur en eau présentent une DLUO. »

Quelques commentaires, pour tenter de compléter ces lignes, au demeurant très claires :

- la DLUO est parfois remplacée par la DCR (= date de consommation recommandée) pour les produits de péremption plus courte, ou sans conservateurs (voir article sur les œufs dans le numéro précédent) ; on peut donner des exemples comme les céréales, les gâteaux secs, chocolat, etc

La DLUO s'exprime sur les conditionnements par la mention «A consommer de préférence avant le...», suivie de l'indication suivante :

- **jour et mois** pour les produits d'une durabilité inférieure à 3 mois ;
- **mois et année** pour les produits d'une durabilité comprise entre 3 et 18 mois ;
- **année** pour les produits d'une durabilité supérieure à 18 mois.

Texte de référence : Article R 112-9 alinéa 5 du code de la consommation, <http://www.dgccrf.bercy.gouv.fr/documentation/publications/depliant/dlc.pdf>

- le conditionnement a, évidemment, une très grande importance, avec (mais vous ne le saurez jamais) le caractère plus ou moins performant des appareils utilisés au moment de l'emballage (dispositifs faisant le vide, plus ou moins poussé, dans un sachet de plastique épais, étanchéité de la soudure du sachet, ou, lorsque les produits sont conditionnés sous azote (barquettes surmontées d'un film soudé, souvent légèrement bombé), l'étanchéité plus ou moins grande du paquet ;

- pour les produits à DLC, il ne faut pas s'affoler, en sortant un produit de votre réfrigérateur, si la date est légèrement dépassée (cas des yaourts ou des fromages par exemple). Simplement, il faut s'assurer que la chaîne du froid n'a pas été rompue, et que votre frigo est suffisamment performant et bien réglé. Souvent, la température de conservation est indiquée sur l'emballage. Faites l'emplette d'un thermomètre, ce n'est pas une grosse dépense... et vous aurez peut-être des surprises. exemple des yaourts (possibilité de les consommer après la DLC à condition aussi, par exemple qu'il ne soit pas gonflé)

Un produit peut être vendu le jour de la DLC, mais doit être retiré de la vente le lendemain de la DLC dépassée (souvent ces produits sont en réduction)

- il est bien entendu que dès qu'un produit est débarrassé, ou un flacon ouvert, il faut consommer le produit le plus rapidement possible. Parfois, l'indication est portée sur l'emballage (à consommer dans les ... jours suivant l'ouverture) ; mais cela s'entend toujours sans rupture prolongée de la réfrigération.

- les médicaments sont un cas particulier : leurs emballages portent une date de péremption (indiquée sous la forme 'expire en...' ou 'Ut. Av.'). A rapporter impérativement en pharmacie, ou chez le vétérinaire, où l'on est tenu de vous les reprendre. Là non plus, pas d'affolement, par exemple, si vous avez utilisé une pommade légèrement périmée : c'est souvent l'efficacité du principe actif qui se trouve diminuée. Mais il faut vérifier son armoire à pharmacie régulièrement. Et avec de bonnes lunettes, ou une loupe : c'est souvent un simple estampage du carton de l'emballage, sans caractères imprimés.

En conclusion, nous courons tout de même peu de risques dans nos pays occidentaux : ce sont les fabricants et commerçants qui en assument le plus, car ils risquent de très gros ennuis en cas d'intoxication du public. C'est pourquoi les marges de sécurité conduisant à ces étiquetages sont largement calculées... L'utilisation de toute une palette d'additifs de conservation, pas toujours très bons pour la santé, est aussi la règle, surtout pour les produits à DLUO (vous savez maintenant de quoi il s'agit).

Foie Gras

Nous nous excusons auprès des âmes sensibles opposées au gavage des canards et des oies... En fin d'année, la consommation du foie gras reste un fait majeur, et vaut bien un article.

Il y a de moins en moins d'abus, et c'est heureux, depuis la réglementation européenne du milieu des années '90, et les décrets français de 1998. Toutefois, une enquête de la DGCCRF en 2000 a tout de même montré que 48 % des produits n'étaient pas conformes... En effet, cette matière, essentiellement malléable, se prête bien à toutes sortes de triturations, mélanges et moulages. Nous ne ferons que citer les différentes dénominations : FG entier, FG (morceaux agglomérés), bloc de FG avec ou sans morceaux. Avec les dénominations pâté au FG, galantine au FG, purée de FG apparaît une farce, en plus ou moins grande quantité, avec de la graisse, du porc et plein d'autres bonnes choses industrielles... Mais surtout, la mise en conserve 'ruine' le goût du produit véritable, seulement préservée avec la semi-conserve (appellation FG mi-cuit). Si vous êtes amateurs de bonnes choses, et animés d'un peu d'audace et de courage, nous vous livrons la recette du foie gras 'maison', qui n'est au fond pas si difficile.

Il vous faudra une terrine à couvercle, allant au four. Préférez la porcelaine ou le grès, car la terre jaune prend un goût de rance à la longue. Vous achèterez votre foie gras cru (de canard pour vous faire la main) au marché, ou

même en grande surface, sous vide. Vérifiez la D.L.C., la provenance, et préférez les produits français, le contrôle sanitaire étant plus strict chez nous. Préparez de l'essuie tout, un grand couteau et un petit, une pince à épiler, éventuellement une paire de gants fins en vinyle ou latex, et prenez courage pour l'opération la plus délicate : le déveinage (et non 'dénervage'). Vous aurez fait tremper votre FG déballé dans de l'eau tiède pour l'assouplir. Posez le à l'envers, le gros paquet de veines blanches sur le dessus, et fendez sans frémir les deux lobes en partant de ces vaisseaux. Vous faites apparaître un réseau de veines que vous allez ôter patiemment avec la pointe du petit couteau et la pince à épiler. N'hésitez pas à creuser un peu, enlevez les traces de sang, et surtout (mais il ne devrait pas y en avoir) l'éventuelle tache verte de fiel. Voilà votre foie 'paré'. Rassemblez les morceaux pour le reconstituer, passez sous l'eau froide, essuyez au papier et faites entrer le tout dans la terrine. Vous ajoutez alors une cuillerée à café rase de sel fin, du poivre du moulin (4 baies si possible), et une cuillerée à soupe de porto (ou d'armagnac si vous voulez un goût moins sucré). La terrine refermée passe la nuit au frais.

Le lendemain, extrayez le foie mariné, essuyez le, nettoyez la terrine, et remettez-y le FG bien tassé, en saupoudrant d'une nouvelle cuillerée à café rase de sel fin, un peu de poivre, et, si vous êtes dans les dépenses, un peu de truffes (morceaux ou pelures, mais quelques morceaux secs de 'trompettes des morts' peuvent faire l'affaire en coûtant bien moins cher), et c'est tout (ne rajoutez pas d'alcool)

Fermez la terrine, et rendez-la hermétique avec un cordon de pâte (simplement de la farine et de l'eau) ; vous aurez préchauffé un

four à 220°C. (Th.7) ; mettez de l'eau chaude dans la lèchefrite et enfournez rapidement le tout pour 20 minutes de cuisson (le bain Marie est indispensable, sinon vous obtiendrez un foie racorni dans de la graisse) ; en fin de cuisson, défournez de suite et mettez la terrine à refroidir en-dehors de son bain Marie. L'ensemble, sans y toucher, attendra au moins 48 H dans le bas de votre réfrigérateur... mais peut y rester 15 jours sans dommage.

La veille ou le matin du jour J., sortez la terrine, brisez la pâte cuite pour libérer le couvercle, démoulez le foie qui aura conservé sa forme, mais rejeté de la graisse (plus ou moins suivant sa qualité), que vous enlèverez en quasi-totalité avant de servir. Le foie regagnera sa terrine nettoyée, ou attendra au frais d'être servi, sur du pain de mie toasté, après 30 minutes à température ambiante.

Ne jetez pas la graisse récupérée après cuisson : elle relèvera divinement les légumes, ou les pommes de terre sautées.

Vins conseillés : renoncez au Monbazillac, souvent surfait et cher (trop grande demande), et servez avec un autre blanc moelleux (côtes de St Mont ou de Bergerac par exemple), avec un Gewurztraminer ou 'simplement' un champagne.

La recette demande du soin, mais est pratiquement inratable... Le seul risque est qu'on vous demande de la refaire ! Et, si vous faites vos comptes, vous vous apercevrez que vous avez gagné 30 à 40% sur la même quantité de foie gras entier acheté tout prêt.

N.B. : le FG d'oie est plus fin, plus cher (mais il rend moins de gras à la cuisson), mais aussi plus gros. Si on vous en détaille un lobe : même recette ; s'il est entier, il faut plus de sel, une pincée de sucre, et 5 minutes de cuisson en plus.



LE BETISIER DE LA PUBLICITE.....

En grande affiche 4x3 :

**EPEDA invente le matelas actif
(et même depuis peu Multi actif)**

Oh ! Qu'est-ce qu'il va nous faire ? Aurons-nous encore le temps de dormir ?

Propriétaires de chiens, vous leur faites certainement des petits cadeaux de fin d'année. Il existe un parfum pour chiens (que nous n'avons pas testé) qui s'appelle :

Oh my dog !

Les familiers de l'Anglais auront tout de suite compris. Pour les autres : c'est un détournement de l'exclamation « oh my god ! »... (oh, mon Dieu, NDLR)

Vue à la télévision, une femme en train de se raser les jambes avec une crème, et le slogan :

**Révélez la déesse
que vous êtes !**

Il est vrai que, dans l'art, les déesses n'ont jamais de poils... Mais de là à faire croire qu'il suffit de faire la chasse au système pileux pour espérer que l'on vous rende un culte, nous craignons que cela ne soit pas suffisant.