

Trier les aliments, essentiel pour la santé de tous

Pratiques communes à l'ensemble des aliments potentiellement dangereux (APD) et des aliments non potentiellement dangereux (ANPD)

APD : Viandes, poissons, lait, crème, crème sûre, fromage, beurre, mets préparés, œufs, fruits et légumes coupés ou transformés, germes crus, pâtisseries avec crème pâtissière, mousses, conserves entamées, pâtes alimentaires fraîches ou cuites, etc.

Jeter tous les APD quand :

la date limite de consommation (« meilleur avant ») est dépassée ou qu'il y a signe de détérioration*.

ANPD : Yogourts, marinades, vinaigrettes, mayonnaises commerciales, confitures, farine, riz, lait en poudre, pains, muffins, brioches, conserves, viandes salées ou séchées, poissons salés ou séchés, fruits et légumes entiers, etc.

Jeter tous les ANPD qui montrent un signe de détérioration* important.

* Signes de détérioration : taches jaunes, noirâtres, blanchâtres ou verdâtres, taches de rouille, produits visqueux ou limoneux, etc.

Les fruits et les légumes

Pratiques communes à l'ensemble des fruits et des légumes.

Retirer immédiatement du lot les fruits et les légumes qui sont moisiss afin d'éviter la dégradation des autres fruits et légumes.

Laver à l'eau potable les fruits et les légumes qui ont été en contact avec de la moisissure pour enlever les particules de mois qui ne sont pas apparentes, puis bien assécher ces fruits et légumes avant de les entreposer au réfrigérateur à une température se situant entre 0 °C et 4 °C.

Laver à l'eau potable tous les fruits et légumes avant de les consommer ou de les transformer pour enlever les résidus chimiques, les grains de terre et les microorganismes se trouvant en surface.

Mettre à la disposition des personnes intéressées les fruits et les légumes endommagés ou ramollis (faire une section d'aliments à cuire).



Les fruits

Produits	Distribution	Transformation
Fraises, framboises, mûres, bleuets, oranges, pamplemousses, clémentines, citrons, raisins, poires, pommes, pêches, nectarines, prunes, kiwis, bananes, fruits exotiques (mangues, ananas, caramboles, figues, dattes, papayes, grenades, fruits de la Passion, kakis (persimmon), litchi, etc.), etc.	Séparer les fruits fermes des autres et jeter ceux qui sont moisiss.	Couper avec un couteau si possible et jeter les parties moisies et celles qui sont ramollies autour de la zone détériorée. Enlever la pelure si nécessaire. Cuisiner des mets ou des aliments à l'aide des parties restantes et des fruits endommagés ou ramollis (ex. : poudings, muffins, confitures, gelées, gâteaux, etc.).

Les légumes feuillus

Produits	Distribution	Transformation
Laitues, choux, épinards, bette à carde, échalotes, bok choy, endives, artichauts, poireaux, radicchio, herbes fraîches (persil, basilic, thym, etc.), etc.	Jeter les légumes ou les herbes qui montrent des signes de détérioration importants.	Entreposer et utiliser les parties fermes. Cuisiner des mets ou des aliments à l'aide des parties restantes et des légumes endommagés ou ramollis (ex. : potage, soupe, etc.).

Les germes

Produits	Distribution	Transformation
Germes de haricot (fèves germées), germes de luzerne, etc.	Distribuer la journée de la réception. Jeter dès qu'il y a apparence de détérioration (ex. : pousses visqueuses).	Laver les germes avant leur utilisation. Les germes peuvent être utilisés dans des sandwichs ou dans des mets préparés à condition qu'ils ne montrent aucun signe de détérioration.

Les melons

Produits	Distribution	Transformation
Melons d'eau, cantaloups, citrouilles, courges diverses, etc.	Jeter les fruits et les légumes qui montrent des signes de détérioration importants. Jeter les melons fendus ou brisés.	Couper avec un couteau et jeter les parties endommagées ou moisies. Laver et brosser les melons* avant de les couper. Enlever la pelure si nécessaire. Cuisiner des mets ou des aliments à l'aide des parties restantes et des fruits et légumes endommagés ou ramollis (ex. : soupe, potage, desserts, etc.).

* Les melons doivent être brossés pour enlever les agents pathogènes, les résidus chimiques et la terre.



Les produits de boulangerie, les œufs et les arachides

Produits	Distribution et transformation
Pain, croissants, gâteaux, muffins, brioches, etc.	Jeter tous les produits de boulangerie montrant des signes de moisissure.
Œufs	Jeter les œufs coulants, fêlés ou sales (montrant des résidus de fumier).
Arachides	Jeter immédiatement les produits faits à base d'arachides (écailées, en écailles ou en beurre) s'il y a présence de moisissure car elles sécrètent des toxines qui sont nocives pour la santé.



Les contenants et les emballages de produits secs

Produits	Distribution et transformation
Contenants* et emballages** de produits secs*** abîmés, déchirés ou ouverts	Évaluer les produits dont le contenant ou l'emballage est abîmé, déchiré ou ouvert. Changer de contenant ou remplacer l'emballage. Jeter les produits se trouvant dans des contenants de verre qui sont cassés.

* Contenants : boîtes de carton ou de plastique ou pots de verre.
** Emballages : pellicule de plastique, sacs de plastique, de papier ou d'un autre matériau, plats en styromousse, etc.
*** Produits secs : farine, céréales, biscuits, riz, café, chocolat, croustilles, noix, « barres tendres », sucre, lait en poudre, friandises, etc.

Les légumes

Produits	Distribution	Transformation
Carottes, navets, pommes de terre, rutabagas, betteraves, patates douces, bananes plantains, tomates, poivrons, haricots, pois mange-tout, céleri, radis, fenouil, concombres, courgettes, avocats, aubergines, champignons, ail, oignons, etc.	Séparer les légumes fermes des autres et jeter ceux qui sont moisiss.	Couper avec un couteau et jeter les parties endommagées et moisies. Enlever la pelure si nécessaire. Entreposer les parties restantes (réfrigérateur ou congélateur). Cuisiner des mets ou des aliments à l'aide des parties restantes et des légumes endommagés ou ramollis (ex. : potage, bouillie, pot-au-feu, etc.).

Les légumes fleurs

Produits	Distribution	Transformation
Brocolis, choux-fleurs, broccolects, etc.	Jeter les légumes qui montrent des signes de détérioration importants.	Couper et jeter les parties tachetées de noir* qui sont à la surface des bouquets. Entreposer les parties restantes (réfrigérateur ou congélateur). Cuisiner des mets ou des aliments à l'aide des parties restantes et des légumes endommagés ou ramollis (ex. : soupe, potage, etc.).

* Les taches noires à la surface des légumes fleurs sont des moisissures.

Les pommes de terre et les carottes verdies

Produits	Distribution et transformation
Pommes de terre et carottes verdies	Ne pas consommer les parties vertes* ni les germes.

* Pour éviter qu'ils verdissent, conserver les légumes à l'abri de la lumière.

Les produits laitiers

Produits	Distribution et transformation
Yogourt, kéfir, lait, boisson de soya, crème, crème sûre, fromage, etc.	Fromage à pâte molle : jeter le produit s'il y a présence de moisissure. Fromage à pâte ferme (cheddar, etc.) : enlever les parties moisies, distribuer le produit ou cuisiner des mets à l'aide des parties restantes. Lait, boisson de soya, pouding réfrigéré à base de lait ou de soya, crème et crème sûre : jeter le produit si la date "meilleur avant" est dépassée. Yogourt et kéfir : il est possible de consommer le produit même si la date "meilleur avant" est dépassée. Toutefois, jeter le produit s'il montre un signe apparent de détérioration. Consommer ou congeler ces produits le plus rapidement possible.

Les boîtes de conserve

Produits	Distribution et transformation
Boîtes de conserve de divers types	Jeter les boîtes bosselées, bombées, rouillées ou bosselées sur le serti* ou la fermeture**. Utiliser le plus tôt possible les boîtes de conserve bosselées sur leur surface mais qui ne présentent pas de signe de détérioration. Quant aux boîtes souillées, il suffit d'enlever l'étiquette, de laver la boîte et d'indiquer le nom du produit sur le contenant.

* Serti : ligne de jonction entre le couvercle et la boîte de conserve.
** Fermeture : ligne métallique verticale qui ferme la boîte de conserve.



Les contenants et les emballages ouverts ou souillés de produits périssables*

Produits	Distribution et transformation
Contenants et emballages ouverts ou souillés de produits périssables	Évaluer les produits périssables dont le contenant ou l'emballage est ouvert ou souillé. Jeter les produits dont le contenant est ouvert. Si le contenant est souillé mais non pas ouvert, enlever l'étiquette, laver le contenant si possible (sinon le jeter) et indiquer sur celui-ci le nom du produit.

* Périssable : désigne un aliment qui se détériore facilement si l'on ne respecte pas les règles de conservation ou de détérioration (généralement, il s'agit d'aliments frais qui présentent un pourcentage d'eau élevé).

La manipulation sécuritaire des aliments, ça me concerne!



L'hygiène et la salubrité en contexte d'aide alimentaire

Québec

Une réalisation de :
• Ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation
• Agence de la santé et des services sociaux de la Capitale-Nationale