

CONSERVATION DES ALIMENTS: CONSEILS PRATIQUES !

Lait, fromage, viande, œuf



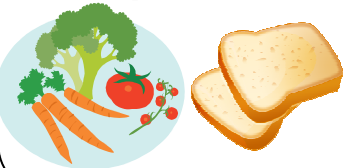
- Le produit peut avoir été congelé par le donateur avant la date «meilleur avant». Si la viande est décongelée, faites-la cuire une fois à la maison pour la consommer.
- Un produit dégelé, ayant déjà été congelé, ne peut pas être recongelé (ex: pâtés, viande).
- Un produit dont la date «meilleur avant» est passée et qui n'a pas été congelé avant cette date (afin d'en prolonger la durée de vie) doit être jeté.

Yogourt



La date indique «Meilleur avant», il est donc possible de consommer sans danger le yogourt jusqu'à 3 mois après cette date, à la condition que le produit ait toujours été au frigo (entre 0° C et 4°C) sans avoir été entamé. Après l'ouverture du contenant, consommez-le dans les jours qui suivent.

Fruits, légumes, pains



- Faites un tri à l'œil. Coupez ce qui est moins frais et jetez tout aliment qui a une odeur suspecte ou a des moisissures.
- Si vous ne pensez pas tout consommer dans les jours suivants, cuisinez-le (ex: compote, potage) et/ou congelez des portions (à -18°C ou moins).

Conserves, condiments



- Respectez la mention «Gardez réfrigéré après l'ouverture» que l'on trouve sur certains aliments (ex: mayonnaise, confitures, marinades).
- Ne conservez jamais au frigo des conserves ouvertes; le métal risque de s'oxyder ou de rouiller.
- Jetez, sans goûter, les conserves bombées qui fuient ou qui giclent à l'ouverture.

- ⇒ **De retour à la maison, mettez vos aliments au frigo dans l'heure qui suit pour vous assurer de leur conservation optimale.**
- ⇒ **Éliminez tout aliment ayant une odeur, une texture ou une couleur inhabituelle.**
- ⇒ **Nettoyez régulièrement le frigo.**
- ⇒ **Référez-vous au www.mapaq.gouv.qc.ca pour toute information complémentaire.**