

Tableaux de conservation des denrées alimentaires

Ne jetez pas systématiquement vos denrées !

	A consommer dans les 48 H	DLC à respecter	Consommables jusqu'à une semaine après DLC sans risque pour la santé	Consommables après DDM	Explications
Viandes / Poissons / Œufs					
Poisson et viande achetés à la découpe	X				Risque de développement de microorganismes potentiellement pathogènes.
Jambon préemballé		X			Risque de développement microbien avec verdissement du produit.
Œufs ¹				X	Conservation au frais ou au placard mais toujours à l'abri de l'humidité afin de conserver la coquille imperméable aux germes. Les œufs anciens peuvent être consommés après la DCR à condition qu'ils ne soient pas endommagés. Ils peuvent aussi être consommés cuits pour limiter les risques.
Produits laitiers et desserts lactés					
Lait UHT				X	Microorganismes détruits par une stérilisation à ultra haute température. A consommer rapidement après ouverture.
Lait cru		X			Pas de traitement thermique au-delà de 40 °C. La DLC correspond au lendemain du jour de traite. Risque de développement de germes (<i>Salmonella</i> , <i>Listeria</i> , etc.)
Yaourts nature, aux fruits ou sucrés		X (personnes fragiles)	X (voire 3 semaines)		Acidité empêchant les bactéries pathogènes de se développer. La seule condition est de bien le conserver au froid, sans dépasser les 6 °C. Si le yaourt est moisi, a une odeur désagréable ou si l'opercule est gonflé, ne prenez pas de risque, jetez-le car sa qualité est altérée (goût, texture, innocuité, etc.).
Desserts à base d'œufs ou de crème (au frais)		X			Plus sensibles aux germes pathogènes. Si le produit est moisi, a une odeur désagréable ou si l'opercule est gonflé, ne prenez pas de risque, jetez-le car sa qualité est altérée (goût, texture, innocuité, etc.).
Crème fraîche (au frais)		X			Risque de développement de microorganismes (<i>Salmonella</i> , <i>Listeria</i> , etc.). La crème stérilisée se conserve plus longtemps que la crème pasteurisée.

¹ Pour les œufs, on parle de Date de Consommation Recommandée (DCR). Elle est fixée au maximum à 28 jours après la date de ponte.

	A consommer dans les 48 H	DLC à respecter	Consommables jusqu'à une semaine après DLC sans risque pour la santé	Consommables après DDM	Explications
Fromage			X	X	Moins de risque de développement microbien avec les fromages à pâte cuite. Des indices comme l'aspect et l'odeur peuvent être des indicateurs de fraîcheur du produit.
Matières grasses					
Beurre				X	Pas de risque sanitaire car les microorganismes ne se développent pas dans un corps gras. Pour limiter le rancissement (produit jaune foncé), il faut s'assurer du bon état de l'emballage afin d'éviter l'exposition à l'oxygène, la lumière et la chaleur.
Margarine				X	Pas de risque sanitaire car les microorganismes ne se développent pas dans un corps gras. Pour limiter le rancissement (produit jaune foncé), il faut s'assurer du bon état de l'emballage afin d'éviter l'exposition à l'oxygène, la lumière et la chaleur.
Huiles				X	Pas de risque sanitaire car les microorganismes ne se développent pas dans un corps gras. Pour éviter le rancissement, mieux vaut choisir une huile en bouteille en verre opaque ou d'autres conditionnements qui ne laissent pas passer la lumière. Il faut également bien veiller à reboucher la bouteille après chaque utilisation.
Épicerie salée					
Pâtes, riz, semoule				X	Pas de risque sanitaire. Bien veiller à conserver les produits à l'abri de l'humidité.
Pain préemballé				X	Risque de développement de microorganismes si les conditions de conservation ne sont pas optimales. En cas d'odeur ou de présence de moisissures, il ne faut pas consommer le produit.
Épicerie sucrée					
Céréales du petit-déjeuner				X	Pas de risque particulier. Bien veiller à conserver les produits à l'abri de l'humidité pour éviter la perte des qualités organoleptiques.

	A consommer dans les 48 H	DLC à respecter	Consommables jusqu'à une semaine après DLC sans risque pour la santé	Consommables après DDM	Explications
--	---------------------------	-----------------	--	------------------------	--------------

Café, thé, infusion				X	Pas de risque particulier. Bien veiller à conserver les produits à l'abri de l'humidité pour éviter la perte des qualités organoleptiques.
Confiture				X	Après ouverture, la confiture se conserve au moins une semaine au frais. Il faut veiller à changer de cuillère à chaque utilisation pour éviter les contaminations microbiennes.
Miel				X	Même après ouverture, le miel se conserve à température ambiante. Il faut veiller à éviter la lumière et à bien refermer le flacon ou le pot pour le conserver plus longtemps sans altérer ses qualités organoleptiques (texture, goût, etc.).
Pâte à tartiner au chocolat				X	Pas de risque particulier. Il faut simplement s'assurer de la conserver à l'abri de la lumière et de bien refermer le pot après utilisation.
Épices, condiments et sauces					
Sel				X	Pas de risque particulier mais il faut veiller à bien le conserver à l'abri de l'humidité.
Poivre				X	Pas de risque particulier en dehors d'une perte de goût au-delà de trois mois pour le poivre moulu. Pour le poivre en grains, on peut le conserver plus longtemps s'il est à l'abri de la lumière et de l'humidité.
Épices et herbes aromatiques séchées				X	Pas de risque particulier en dehors d'une perte de goût. Pour conserver des qualités organoleptiques optimales, elles doivent être conservées à l'abri de la lumière et de l'humidité.
Moutarde				X	Après ouverture, il faut la conserver au frais. L'acidité du produit limite également le développement microbien.
Mayonnaise				X	Après ouverture, il faut la conserver au frais. Il y a un risque de rancissement si l'emballage est abîmé et si le produit est conservé dans de mauvaises conditions.
Ketchup				X	Après ouverture, il faut le conserver au frais. L'utilisation d'emballages en tube limite le risque de développement microbien.

	A consommer dans les 48 H	DLC à respecter	Consommables jusqu'à une semaine après DLC sans risque pour la santé	Consommables après DDM	Explications
--	---------------------------	-----------------	--	------------------------	--------------

Plats cuisinés					
Au frais		X			Risque de développement microbien si le produit n'est pas stérilisé. Une attention particulière est à apporter aux produits incluant de la viande ou du poisson.
En conserve ou en barquette (Rayon épicerie)			X	X	Pas de souci pour ce type de conditionnement sauf si l'emballage est abimé, gonflé ou rouillé.
Surgelés				X	Sans risque pour certains produits (légumes par exemple) si la chaîne du froid a bien été respectée. Il faut respecter les conditions de conservation indiquées sur l'emballage par le fabricant. Il faut également s'assurer que les emballages soient bien hermétiques.
Autres					
Eau en bouteille				X	A conserver fermée et à l'abri de l'humidité. Si la bouteille reste ouverte, le risque de développement microbien est faible.
Jus de fruits				X	Conservation plus longue pour les jus stérilisés par rapport aux jus pasteurisés. Si les conditions de conservation ne sont pas respectées, le jus peut devenir pétillant, s'alcooliser ou encore moisir. Les jus de fruits vendus au rayon frais ont généralement une durée de vie plus courte que ceux vendus dans les rayons non frais.
Boissons gazeuses				X	Pas de risque particulier sauf une perte de bulles avec le temps. Après ouverture, il faut bien refermer le bouchon et consommer le produit rapidement.

Camille Minaud,
Juriste à l'Institut national de la consommation

Farid Bensaïd,
Ingénieur à l'Institut national de la consommation