

### Travail de groupe: comestible ou non? Se fier à ses sens.

---

Vous vous êtes certainement déjà retrouvés face à des aliments avariés, qui n'étaient plus comestibles. De quoi avaient-ils l'air? Quelle était leur odeur? Quel goût avaient-ils? Par groupes, partagez vos expériences en réalisant l'exercice suivant: dans la liste ci-dessous, choisissez un aliment par catégorie. Dans le tableau de la page suivante, décrivez comment vous pouvez déterminer que ces produits ne sont plus comestibles en fonction de leur aspect, leur odeur et leur goût/consistance.

#### Catégories et aliments:

##### Viande et poisson:

- Poisson
- Viande fraîche (volaille, bœuf, porc, veau)
- Viande hachée

##### Fruits et légumes:

- Salade
- Pommes de terre
- Herbes aromatiques fraîches
- Fruits

##### Œufs et produits laitiers:

- Œufs
- Beurre
- Yogourt

##### Produits à base de céréales:

- Farine
- Pain/petits pains
- Muesli, flocons de céréales

Catégorie	Aliment	Aspect	Odeur	Goût/consistance
Viande et poisson				
Fruits et légumes				
Œufs et produits laitiers				
Produits à base de céréales				

## Catégorie «Viande et poisson»

Remarque générale pour la viande: le site [www.viandesuisse.ch](http://www.viandesuisse.ch) donne de précieux conseils et informations sur la conservation.

Aliment	Aspect	Odeur	Goût/consistance	Recommandation/conseil
Poisson	Branchies grises et œil trouble, texture visqueuse/gluante Quand on enfonce un doigt dans la chair, on y laisse un creux	Odeur de poisson forte ou de pourriture	Ne pas goûter (risque d'intoxication alimentaire)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Respecter la date de péremption imprimée sur l'emballage.</li> <li>Jeter le poisson en présence de ces signes.</li> </ul>
Viande fraîche (volaille, bœuf, porc, veau)	Surface visqueuse  Bœuf: quand on enfonce un doigt dans la chair, on y laisse un creux	Odeur de moisi ou douceâtre	Ne pas goûter (risque d'intoxication alimentaire)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Respecter la date de péremption imprimée sur l'emballage.</li> <li>Jeter la viande en présence de ces signes.</li> <li>Maintenir la viande à l'écart des autres aliments.</li> <li>Placer la viande crue au réfrigérateur juste au-dessus du bac à légumes; c'est l'endroit le plus froid et la température ne dépasse pas les 5 °C.</li> </ul>
Viande hachée	Couleur grisâtre ou verdâtre	Odeur forte de pourriture	Ne pas goûter (risque d'intoxication alimentaire)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Respecter la date de péremption imprimée sur l'emballage.</li> <li>Jeter la viande hachée en présence de ces signes.</li> </ul>

## Catégorie «Fruits et légumes»

Remarque générale pour les légumes: la plupart des légumes flétrissent seulement et ne se gâtent que lentement. Le plus souvent, on peut encore les cuisiner, même s'ils n'ont plus belle apparence.

Aliment	Aspect	Odeur	Goût/consistance	Recommandation/conseil
Salade	Parties moisies et gâtées, taches foncées	Odeur de pourriture	Consistance flétrie/molle	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Encore comestible si l'on retire les feuilles gâtées.</li> <li>• Pour raffermir une salade flétrie, la tremper quelques minutes dans un bain d'eau légèrement sucrée puis la laver.</li> <li>• De manière générale, consommer la salade rapidement avant qu'elle ne perde ses vitamines.</li> </ul>
Herbes aromatiques (fraîches)	Parties gâtées, taches foncées	Odeur de pourriture	Consistance flétrie/molle	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Encore comestibles si l'on retire les feuilles gâtées.</li> <li>• Pour conserver les herbes aromatiques plus longtemps, les mettre dans un verre d'eau, les sécher ou les congeler par portions (sécher les plantes grasses comme le romarin ou la sauge et congeler celles qui sont plus tendres, p. ex. ciboulette, persil ou aneth).</li> </ul>

Aliment	Aspect	Odeur	Goût/consistance	Recommandation/conseil
Pommes de terre	Parties gâtées, brunes, vertes ou moisies  Germes, bourgeons	Odeur de pourriture	Consistance caoutchouteuse, molle	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Encore comestibles si l'on retire largement toutes les parties gâtées ou brunies.</li> <li>• En cas de moisissures, toujours tout jeter au compost.</li> <li>• Retirer largement toutes les parties vertes; elles contiennent une substance toxique en grandes quantités: la solanine.</li> <li>• Transformer les pommes de terre flétries en purée ou soupe.</li> <li>• Retirer largement les petits germes: si les pousses mesurent plus d'un centimètre, jeter les pommes de terre au compost, car elles contiennent un taux élevé de solanine, une substance toxique.</li> </ul>
Fruits	Parties moisies et gâtées	Odeur de pourriture	Goût fermenté qui «pétille», consistance flasque	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Encore comestibles si l'on retire largement toutes les parties gâtées.</li> <li>• Toujours tout jeter au compost en présence de moisissures.</li> <li>• Retirer sans attendre les fruits pourris pour que la moisissure ne s'étende pas aux autres.</li> <li>• De manière générale, consommer les fruits rapidement avant qu'ils ne perdent leurs vitamines.</li> </ul>

## Catégorie «Œufs et produits laitiers»

Aliment	Aspect	Odeur	Goût/consistance	Recommandation/conseil
Beurre	Couleur jaune foncé	Odeur âcre et rance	Goût rance	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jeter le beurre rance.</li> </ul>
Œuf	Test du verre d'eau	Odeur de pourriture	Consistance fibreuse (œufs durs)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Test du verre d'eau: Mettre un œuf dans un verre d'eau. S'il reste au fond, il est frais. S'il remonte un peu, il n'est plus de première fraîcheur, mais encore comestible. S'il flotte à la surface, il faut le jeter.</li> </ul>
Yogourt	Moisissures sur la surface Forte formation de bulles (le couvercle se bombe)	Odeur de moisi, de fermentation	Goût acide qui pétille sur la langue comme de la poudre effervescente	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jeter le yogourt en présence de ces signes.</li> </ul>

## Catégorie «Produits à base de céréales»

Aliment	Aspect	Odeur	Goût/consistance	Recommandation/conseil
Farine	Présence de parasites, p. ex. vers de farine, mites, psoques	Odeur de moisi, rance		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pour détecter la présence de mites dans la farine, saupoudrer sur une surface, lisser et observer.</li> <li>• Jeter la farine en présence de ces signes.</li> </ul>
Pain	Présence de moisissures (blanches, bleues, vertes)	Odeur de moisi	Consistance sèche, dure	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Transformer le pain sec sans moisissures en croûtons ou en panure, ou faire du pain perdu.</li> <li>• Jeter le pain moisi.</li> </ul>
Muesli, flocons de céréales	Moisissures filandreuses, poudre claire sur les fruits secs, présence de parasites, p. ex. coléoptères, mites, vers		Goût rance	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jeter le muesli ou les flocons de céréales au compost en présence de ces signes</li> </ul>