

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, leur goût et leur 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
- Fruits

Œufs et produits laitiers:

- Œufs
- Beurre
- Yogourt

Produits à base de céréales:

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

Cycle 3

Nom: _____

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 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"> Respecter la date de péremption imprimée sur l'emballage. Jeter le poisson en présence de ces signes.
Viande fraîche (volaille, bœuf, porc, veau)	Surface visqueuse; bœuf: quand on enfonce un doigt dans la chair, on y laisse un creux	Odeur de mois ou douceâtre	Ne pas goûter (risque d'intoxication alimentaire)	<ul style="list-style-type: none"> Respecter la date de péremption imprimée sur l'emballage. Jeter la viande en présence de ces signes. Bien séparer la viande des autres aliments. Placer la viande crue au réfrigérateur à l'endroit le plus froid, juste au-dessus du bac à légumes, où la température est d'environ 2° C.
Viande hachée	Couleur grisâtre ou verdâtre	Odeur forte de pourriture	Ne pas goûter (risque d'intoxication alimentaire)	<ul style="list-style-type: none"> Respecter la date de péremption imprimée sur l'emballage. Jeter la viande hachée en présence de ces signes.

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

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"> Encore comestibles si l'on retire largement toutes les parties gâtées ou brunies. En cas de moisissures, tout jeter au compost. Bien retirer toutes les parties vertes: elles contiennent de grandes concentrations de solanine, une substance légèrement toxique. Utiliser les pommes de terre flétries en purée ou en soupe. Retirer les germes; si les pousses mesurent plus d'un centimètre, jeter les pommes de terre au compost, car elles contiennent des concentrations élevées de solanine, une substance légèrement toxique.
Fruits	Parties moisies et gâtées	Odeur de pourriture	Goût fermenté, «piquant»	<ul style="list-style-type: none"> Encore comestibles si l'on retire largement toutes les parties gâtées. Tout jeter au compost en présence de moisissures Retirer sans attendre les fruits pourris pour que les moisissures ne s'étendent pas aux autres. De manière générale, consommer les fruits rapidement avant qu'ils ne perdent leurs vitamines.

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"> Jeter le beurre rance.
Œuf	Test du verre d'eau	Odeur de pourriture	Consistance fibreuse (œufs durs)	<ul style="list-style-type: none"> 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.
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"> Jeter le yogourt en présence de ces signes.

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"> Pour détecter la présence de mites dans la farine, saupoudrer sur une surface, lisser et observer. Jeter la farine au compost en présence de ces signes.
Pain	Présence de moisissures (blanches, bleues, vertes)	Odeur de moisi	Consistance sèche, dure	<ul style="list-style-type: none"> Transformer le pain sec sans moisissures en croûtons ou en panure, ou faire du pain perdu. Jeter le pain moisi au compost.
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"> Jeter le muesli ou les flocons de céréales au compost en présence de ces signes.