

## Fiche de renseignements sur la sécurité alimentaire

### **Conseils sur la sécurité alimentaire pendant les fêtes**

Tous les Néo-Écossais aiment célébrer les fêtes en famille et entre amis, et avec de la nourriture. Vous pouvez éviter de ruiner vos fêtes par une maladie d'origine alimentaire en suivant ces conseils offerts par les spécialistes de la sécurité alimentaire du ministère de l'Agriculture de la Nouvelle-Écosse.

#### **Avant de commencer :**

- Lavez-vous les mains avant et après la manipulation des aliments.
- Assurez-vous que votre cuisine, vos ustensiles et votre vaisselle sont propres.
- Servez la nourriture sur des assiettes propres, et non sur celles qui ont été utilisées avec de la viande, de la volaille ou du poisson cru.

#### **Préparer et servir des buffets :**

- Quand vous préparez des aliments à l'avance, assurez-vous de les faire cuire jusqu'à une température interne sûre. Faites-les refroidir rapidement jusqu'à 4 °C (40 °F) en les plaçant dans de petits contenants peu profonds, et conservez-les au réfrigérateur jusqu'à ce que ce soit le temps de les servir.
- Réchauffez les aliments chauds à une température de 74 °C (165 °F) et gardez-les à au moins 60 °C (140 °F) à l'aide de mijoteuses ou de réchauds. Les aliments froids peuvent être conservés à une température de 4 °C (40 °F) en installant les plats dans des bols de glace.
- S'il est impossible de garder les aliments périssables chauds ou froids, servez de petits bols ou de petites portions à la fois et conservez le reste au chaud ou au froid dans la cuisine. Remplacez ensuite les bols avec des bols pleins plutôt que de simplement ajouter d'autres aliments à ceux qui sont restés à la température de la pièce.
- Les aliments périssables ne doivent pas être laissés à la température de la pièce pendant plus de deux heures. Après deux heures, les aliments doivent être jetés.

#### **Déplacer la nourriture :**

- Pendant le déplacement, les aliments chauds doivent être conservés au chaud et les aliments froids doivent être conservés au froid. Les aliments chauds peuvent être enveloppés dans des serviettes, du papier journal ou du papier d'aluminium pour les conserver à une température de 60 °C (140 °F).
- Les aliments froids peuvent être conservés dans une glacière contenant de la glace ou des blocs réfrigérants pour les conserver à une température de 4 °C (40 °F).

#### **Aliments spéciaux pour la période des fêtes :**

- Le lait de poule que vous achetez au magasin est un produit pasteurisé; il ne contient donc pas d'œufs crus. Si vous faites du lait de poule à la maison, vous pouvez remplacer les œufs crus par des œufs pasteurisés. Si vous choisissez d'utiliser des œufs crus, faites chauffer le mélange de lait et d'œufs jusqu'à une température de 71 °C (160 °F) ou jusqu'à ce qu'il enrobe une cuillère de métal, puis réfrigérez-le immédiatement dans des petits contenants peu profonds afin de le faire refroidir rapidement.

- Le cidre de pommes qui porte une étiquette indiquant qu'il s'agit d'un produit pasteurisé est le choix le plus sûr. Si vous utilisez du cidre non pasteurisé, faites-le bouillir avant de le servir, particulièrement s'il est servi à des jeunes enfants ou à des personnes âgées.
- Les légumes et les herbes préparés à la maison et conservés dans l'huile doivent être mis au réfrigérateur et jetés après une semaine.
- Lorsque vous cuisinez et que vous utilisez des œufs crus dans la pâte à biscuits et à gâteau, il est recommandé de ne pas manger la pâte crue, surtout pour les jeunes enfants, qui sont à risque plus élevé.

#### **Mets à emporter :**

- En ce qui a trait à la viande, commandez plusieurs petits plateaux plutôt que deux ou trois grands plateaux. Vous pouvez ainsi conserver la viande au réfrigérateur jusqu'à ce que vous en ayez besoin.
- Les aliments qui arrivent chauds doivent être servis dans un délai de deux heures, sinon ils doivent être conservés au chaud à une température de 60 °C (140 °F) ou réfrigérés à une température de 4 °C (40 °F), puis réchauffés à une température de 74 °C (165 °F) lorsqu'ils sont prêts à être servis.
- Les aliments froids périssables qui ne peuvent pas être servis dans un délai de deux heures doivent être réfrigérés à une température de 4 °C (40 °F) jusqu'à ce qu'ils soient servis.

#### **Restants :**

- Les aliments qui n'ont pas été laissés à une température dangereuse, c'est-à-dire de 4 °C à 60 °C (40 °F à 140 °F), pendant plus de deux heures peuvent être réfrigérés ou congelés et consommés plus tard.
- Les viandes épaisses et les dindes doivent être coupées en tranches et placées au réfrigérateur dans des plateaux dont la profondeur ne dépasse pas deux pouces. Les ragoûts et les soupes épaisses doivent également être conservés dans des contenants d'une profondeur maximale de deux pouces et doivent être brassés régulièrement pour accélérer le processus de refroidissement dans le réfrigérateur. Tous les aliments doivent être partiellement couverts pendant le refroidissement, et bien couverts une fois refroidis. Ne surchargez pas le réfrigérateur afin de ne pas réduire la circulation d'air et le refroidissement.
- La dinde et autres mets cuisinés réfrigérés doivent être consommés dans un délai de quelques jours, alors que la sauce au jus de viande et la farce doivent être consommées après deux jours.
- Lorsque vous réchauffez des restants, les sauces, les soupes et les sauces au jus de viande doivent être amenées à ébullition avant d'être servies, et les autres restants doivent être réchauffés à une température de 74 °C (165 °F) ou jusqu'à ce qu'ils soient fumants, même à l'intérieur.

Ces quatre règles bien simples vous aideront à passer une période des fêtes dans la joie et la bonne santé : faites cuire les aliments à la température appropriée; réfrigérez les aliments de façon appropriée au réfrigérateur; lorsque vous magasinez ou lorsque vous voulez conserver les aliments, séparez-les afin d'éviter toute contamination; et assurez-vous que vos mains, vos ustensiles et vos surfaces de travail sont propres et exempts de bactéries.

Pour obtenir plus d'information sur la préparation sécuritaire de la dinde pendant la période des fêtes, consultez notre fiche de renseignement sur la sécurité alimentaire et la dinde.

