

La cuisson des aliments

Le nombre de bactéries dans un aliment double toutes les 20 minutes. Consomme donc sans tarder toute préparation qui n'est pas destinée à la cuisson !



Lis attentivement le texte et coche les bonnes réponses.

Consommer des aliments crus accroît le risque microbien. Pour diminuer les risques alimentaires, mieux vaut déguster une entrecôte bien cuite qu'un steak au bleu ou du poisson cru. En effet, la cuisson élimine presque tous les micro-organismes.

En théorie, une cuisson où le cœur de l'aliment atteint 70°C pendant deux minutes supprime les staphylocoques et la listériose. Mais une cuisson de 10 minutes à 80°C est nécessaire pour éliminer certaines bactéries, comme les salmonelles. D'autres microbes résistent même à des températures de 120°C ! La sécurité alimentaire absolue est donc difficilement atteignable, mais une chose est sûre : plus on cuit longtemps un aliment et à haute température, plus on s'en approche...

1. Sachant que le nombre de bactéries dans un aliment double toutes les 20 minutes dans des conditions de température et d'humidité proches de l'air ambiant, combien y aura-t-il de bactéries, au bout d'une heure, sur un morceau de viande qui à la sortie du réfrigérateur contenait déjà 125 microbes ?

- 250 bactéries 375 bactéries 1000 bactéries

2. La cuisson :

- élimine tous les microbes. ne supprime pas tous les risques microbiens.

3. Un aliment qui atteint une température de 70°C pendant 2 minutes a peu de chance de porter :

- des staphylocoques
 des salmonelles
 la listériose

4. Une chose est sûre :

- Moins on cuit un aliment, plus le risque alimentaire est important.
 Plus on cuit un aliment à température élevée, plus le risque alimentaire est important.
 Plus on cuit un aliment à faible température, moins le risque alimentaire est important.
 Plus on cuit un aliment à température élevée, moins le risque alimentaire est important.

5. Les cuissons utilisant le micro-ondes :

- ne sont pas des bons moyens d'élimination des micro-organismes.
 sont des bons moyens d'élimination des micro-organismes.