

TABLEAU DE CONSERVATION PAR SCELLEUSE SOUS VIDE



Il est important de noter que les données rapportées ci-dessous sont à **titre indicatif** et peuvent varier en fonction de la qualité de l'emballage, de la méthode de scellage, de la température de stockage, et de la qualité des aliments avant le scellage. Les aliments sous vide doivent être correctement étiquetés et datés avant d'être stockés, et de les consommer avant la date limite d'utilisation.

Il est important de respecter les **règles d'hygiène** de base lors de la préparation et de la manipulation des aliments crus. Vérifier si les aliments sont adaptés pour être sous vide avant de les conserver.

Quelques précautions pour conserver la nourriture sous vide :

Il existe certaines précautions à prendre lors de la conservation sous vide des aliments pour éviter tout risque de contamination bactérienne :

1. Avant de conserver les aliments sous vide, il est important de les nettoyer et de les préparer adéquatement en respectant les règles d'hygiène de base.
2. Vérifier si les aliments sont adaptés pour être conservés sous vide, certains aliments ne sont pas adaptés pour cette méthode de conservation.
3. Utiliser des emballages sous vide de qualité alimentaire pour éviter tout risque de contamination bactérienne.
4. Sceller les aliments sous vide de manière hermétique pour éliminer l'air et réduire les risques de décomposition causés par l'oxygène.
5. Conserver les aliments sous vide à des températures appropriées, en suivant les instructions du fabricant ou les préconisations pour chaque type d'aliment.
6. Respecter les dates limites de consommation pour éviter tout risque de contamination

TABLEAU DE CONSERVATION SOUS VIDE

VIANDE	Au réfrigérateur (3°C +/- 2°C)	Au congélateur (-18°C +/- 2°C)
Bœuf / Poulet / Agneau / Veau	6 à 8 jours	15 à 20 mois
Porc	7 à 9 jours	

POISSON	Au réfrigérateur (3°C +/- 2°C)	Au congélateur (-18°C +/- 2°C)
Saumon	8 à 15 jours	8 à 12 mois
Thon / Bar	9 à 13 jours	
Truite	8 à 12 jours	
Dorade	9 à 14 jours	

LÉGUMES	Au réfrigérateur (3°C +/- 2°C)	Au congélateur (-18°C +/- 2°C)
Laitues / Carottes / Oignons	8 à 10 jours	18 à 24 mois
Brocolis / Poivrons	10 à 15 jours	
Épinards	10 à 12 jours	

FRUITS	Au réfrigérateur (3°C +/- 2°C)	Au congélateur (-18°C +/- 2°C)
Pommes / Bananes / Citrons / Fraises / Mangues / Pêches	9 à 15 jours	10 à 15 mois

ALIMENTS CUITS	Au réfrigérateur (3°C +/- 2°C)	Au congélateur (-18°C +/- 2°C)
Riz	6 à 8 jours	6 à 8 mois
Pâtes	7 à 10 jours	
Légumineuses	6 à 7 jours	
Soupes	3 à 5 jours	
Plats cuisinés	5 à 10 jours	