

## Anti Gaspi : Certains produits ne se périment jamais.

### Ces aliments qui se conservent indéfiniment dans vos placards :

#### LES LÉGUMINEUSES



Scellées dans un récipient hermétique, se conservent parfaitement. Les légumes secs ne se périment pas car ils ne contiennent pas d'eau. Les grains entiers se conservent de la même manière.



**LE SEL :** Conservez le à l'abri de l'humidité ou mélangé à des grains de riz.

#### LES EPICES SECHES :

Bien conservées, même au bout de 20 ans, votre cumin sera comestible même si on vous l'accorde, il aura sûrement perdu un peu de saveur.



**L'ALCOOL** a une capacité infinie de conservation car il freine la production de bactéries. Les alcools forts (même ouverts) se conservent à vie sans que leur goût ne soit altéré - ou presque. A température ambiante ou au réfrigérateur, en fonction des recommandations !



#### LE MIEL ET LE SIROP D'ÉRABLE :



Le miel par sa quantité en sucre est impérissable. Le sirop d'érable n'a pas de date de péremption, une fois ouvert, il peut être conservé au réfrigérateur pendant des années.

**LE RIZ :** comme le Basmati est une denrée non périssable, mais le riz brun et le long grain sont périssables du fait de leur teneur en graisse.



**LES PATES** sont des denrées non périssables, sauf si elles sont au blé complet.



#### LE SUCRE



blanc, roux, en cassonade, le sucre ne se dégrade jamais. On le range au sec dans un contenant hermétique et à l'abri de la lumière.

#### LE CAFE :



S'il est conservé au congélateur, le café peut survivre indéfiniment.

#### LA MAIZENA :



La durée de conservation de la fécule de maïs (ou maïzena) ou de pomme de terre est infinie. Il suffit de la ranger dans un endroit frais, sombre et au sec.

**Selon l'ADEME (l'Agence de la Transition Ecologique), chaque année en France, ce sont près de 10 millions de tonnes de nourriture consommable qui sont gaspillées (soit 150kg par habitant & par an).**

**LE VINAIGRE BLANC** est un conservateur naturel. Pour le ménage comme pour la cuisine, le vinaigre blanc peut s'utiliser toute la vie sans inquiétude. Mais fermez bien la bouteille !



### Maîtriser les dates de péremption pour éviter le gaspillage alimentaire

Faire la distinction entre ces trois types de dates entre DLC, DLUO et DDM :

**La DLC : Date Limite de Consommation.** Elle ne doit pas être dépassée afin d'éviter tout risque d'intoxication.

**La DLUO : Date Limite d'Utilisation Optimale.** Ce terme a été remplacé par la Date de Durabilité Minimale ou DDM. Le produit porte alors la mention « À consommer de préférence avant le... », ce qui n'exclut pas de le consommer après la date indiquée. Passé ce délai, l'aliment aura juste perdu son arôme, un peu de sa qualité gustative ou de ses propriétés nutritionnelles.