

Peut-on consommer des produits périmés ?

Respecter la date limite de consommation des produits alimentaires, est-ce toujours indispensable ? Dans quels cas peut-on la dépasser ?



Thinkstock

SOMMAIRE

Œufs : gare aux coquilles !

Produits de la mer : respectez la DLC !

Produits laitiers : ça dépend...

**Charcuterie et viande : attention !
DLC, DLUO ou DDM ?**

Une huile d'olive périmée peut être consommée sans risques ; un pot de tarama, surtout pas ! Où se situe la ligne de démarcation ? Pour les consommateurs, elle commence sur l'emballage, avec les mentions : « À consommer avant le ... » ou « À consommer de préférence avant le... ».

Sauf cas particuliers, comme le lait cru ou les rillettes, il incombe aux producteurs de décider de la date mentionnée, en la validant par des tests de vieillissement sur chaque

produit. Cela explique pourquoi il existe des variations d'une marque à l'autre.

D'ailleurs, dans le cadre de la chasse au gaspillage, les fabricants commencent à revoir les dates de consommation sur leurs produits, à l'image de Carrefour qui indique avoir allongé la durée de vie de 300 de ses références sans en altérer le goût ou la qualité, et sans aucune modification de composition (ultra-frais, charcuterie, crèmerie, traiteur libre-service...).

DLC, prudence !

Quand un produit affiche la mention « Avant le... », la prudence est de mise. Il s'agit d'une date limite de consommation (DLC) impérative. Elle concerne les produits frais périssables, potentiellement dangereux pour la santé lorsqu'ils se dégradent, à cause du développement de bactéries indésirables.

En revanche, quand le produit affiche « De préférence avant le... » ou « De préférence avant fin... », le consommateur ne risque pas de s'empoisonner s'il le consomme au-delà de la date. En effet, il s'agit de la date de durabilité minimale (DDM), qui remplace depuis le 13 décembre 2014 l'ancienne date limite d'utilisation optimale (DLUO). Elle est complétée par l'indication suivante : jour et mois pour les produits d'une durabilité inférieure à 3 mois ; mois et année pour les produits d'une durabilité comprise entre 3 et 18 mois ; année pour les produits d'une durabilité supérieure à 18 mois.

La DDM s'applique aux produits stables – secs, fumés, stérilisés, lyophilisés, congelés, surgelés... –, qui ne présentent pas de risques en cas de dépassement, si ce n'est une saveur altérée. Les distributeurs gardent le droit de les vendre après péremption – certains soldeurs s'en sont même fait une spécialité –, alors qu'ils seraient passibles de sanctions pénales pour les produits à DLC.

Date interdite sur certains produits

La réglementation impose aux fabricants de tout aliment préemballé d'indiquer une date de consommation. Mais pour certains aliments, la France a interdit, dans le cadre de la [loi sur la transition énergétique pour la croissance verte](#), l'apposition d'une DDM (encore parfois appelée DLUO).

Cette disposition concerne les aliments suivants : fruits et légumes frais ; vins ; boissons alcoolisées à partir de 10° ; produits de boulangerie et pâtisserie ; vinaigres ; sel de cuisine ; sucres ; bonbons ; gommes à mâcher.

Oufs : gare aux coquilles !

Petite subtilité, la réglementation ne prévoit pour les œufs ni date de durabilité minimale (DDM) ni date limite de consommation (DLC), mais une « date de consommation recommandée » (DCR) de 28 jours pour tous les producteurs.

En pratique, les boîtes affichent souvent une date s'apparentant à une DDM (ou encore, parfois, une DLUO). Jusqu'au 28^e jour suivant la ponte, les œufs "frais" sont censés conserver leurs caractéristiques quand ils sont entreposés dans les conditions appropriées (à 4 °C, et surtout sans les laver). En principe, les consommateurs ne peuvent trouver en magasin que des œufs pondus dans les 21 jours précédents. Au-delà, les professionnels doivent les retirer de leurs rayons.

Vérifiez que l'œuf ne flotte pas

Même si leur DCR est dépassée, les œufs qui sont dans votre réfrigérateur ne sont pas pour autant bons à jeter. Leurs qualités nutritionnelles et gustatives décroissent, mais ils demeurent sains pendant plusieurs semaines. À condition de vérifier que leur coquille n'est ni cassée ni fendue et qu'ils n'ont pas été lavés (la coquille devenant alors poreuse). Car le danger vient de la coquille. Si elle est endommagée (que l'œuf ait plus ou moins de 28 jours), les germes pathogènes peuvent pénétrer dans l'œuf et se développer dans un milieu de culture idéal pour eux.

Petite astuce pour vérifier que l'œuf est toujours bon : plongez-le dans un grand récipient d'eau froide. S'il reste au fond, il est frais. S'il remonte légèrement, il est encore bon, consommé cuit. S'il flotte en surface, évitez de le consommer.

Les risques

Une intoxication alimentaire par certaines salmonelles, qui s'apparente à une gastro-entérite, reste la première cause d'infection alimentaire d'origine bactérienne en France. Les mayonnaises, pâtisseries, flans et autres produits à base d'œufs peuvent également être contaminés.

Produits de la mer : respectez la DLC !

La date limite de consommation (DLC) du saumon fumé est fixée entre 21 et 28 jours. En Allemagne, où les techniques de traitement sont moins bien maîtrisées, elle est de 14 jours.

Cette date dépend pour chaque fabricant du taux de sel, de la technique de salage et de la fraîcheur du poisson. Par exemple, un "fumeur" traditionnel qui se positionne en haut de la gamme avec un faible taux de

sel (entre 2 et 3 %) va choisir une DLC raccourcie à 21 jours.

D'autres industriels, qui injectent de la saumure (ce qui augmente le poids et amène le sel à cœur), pourront opter pour une DLC plus longue. La DLC du tarama, elle, a pu être allongée grâce à la mise au point d'une pulpe de cabillaud pasteurisée.

Le poisson cru, c'est 24 h au congélo

Gare à la pratique du déstockage des poissons les moins frais sous forme de filets au rayon poissonnerie ! Gare aussi aux poissons crus, à congeler impérativement pendant au moins 24 heures avant consommation afin de tuer les bactéries et le redoutable ver anisakis, présent dans de nombreux spécimens. Ce parasite est susceptible de provoquer une péritonite ou une perforation de l'estomac.

Les risques

Pour le poisson cru, le risque majeur reste la listériose : une maladie grave chez les femmes enceintes, les nouveau-nés, les personnes âgées ou immunodéprimées. Le nombre de cas est faible, mais elle provoque une cinquantaine de décès chaque année en France, selon les données de l'Institut national de veille sanitaire (InVS).

Produits laitiers : ça dépend...

La crème fraîche : prudence

La crème est dite « fraîche » lorsqu'elle a été conditionnée dans les 24 heures suivant sa pasteurisation. Elle peut être douce (bouteille, liquide, brique) ou fermentée (pot), mais c'est son traitement thermique qui va déterminer une DLC ou une DDM. La

crème pasteurisée du rayon frais affiche une DLC de l'ordre de 30 jours ; la crème stérilisée (ou UHT), une DDM d'environ 120 jours. La crème fraîche doit être consommée dans les 3 jours suivant l'ouverture du pot, et toujours après avoir été goûtée.

Le yaourt : une semaine de sursis

La date limite de consommation (DLC) du yaourt est au maximum de 30 jours à partir de la date de fabrication. Pour mériter sa dénomination, le yaourt doit comporter deux bacilles lactiques vivants, *Streptococcus thermophilus* et *Lactobacillus bulgaricus*, à raison d'au moins 10 millions par gramme, conformément au décret du 30 décembre 1988.

Le yaourt est un produit acide, qui peut être consommé sans risque d'intoxication ou d'infection quelques jours

après la date limite de consommation, dès lors qu'il a été conservé à la bonne température (entre 0 et + 6 °C). Au-delà, la richesse gustative s'altère et l'acidité augmente.

Le principe est similaire que les yaourts soient nature, sucrés ou aux fruits. Idem pour les laits fermentés fabriqués avec d'autres ferments (bifidus...), les fromages blancs et les desserts lactés frais.

Les fromages : pas de panique

Selon les ferments, l'humidité, le taux de sel, le fromage s'affine et évolue un certain temps sans risque microbiologique. Normalement, les fromages sont sous le régime de la date de durabilité minimale (DDM), y compris les versions au lait cru. Un fromage à pâte cuite contient moins d'humidité et présente moins de risques bactériologiques. Un comté peut ainsi être affiné et vendu après 36 mois et se conserver encore un certain temps.

Mais il arrive parfois que l'on trouve au rayon réfrigéré, dans une même catégorie – par exemple les fromages frais au lait de chèvre pasteurisé – une marque avec une DDM et une autre avec une DLC. Certains professionnels considèrent en effet que l'affichage

d'une DLC est mieux compris par le consommateur. Ils optent donc pour la plus grande prudence, ce que la loi les autorise à faire.

Les risques

Une intoxication par les staphylocoques dorés est possible pour les divers produits laitiers qui ont donné lieu à des manipulations.

Des bactéries *Listeria* peuvent se trouver dans la crème fraîche ou dans de nombreux fromages au lait cru – et aussi, semble-t-il, pasteurisés. À titre préventif, ces produits sont donc déconseillés durant la grossesse, tout comme les charcuteries à base de produits crus.

Charcuterie et viande : attention !

La charcuterie ? On ne badine pas avec le jambon

La date limite de consommation (DLC) des jambons cuits peut aller jusqu'à 20 ou 25 jours. Celle des rillettes est fixée à moins de 30 jours pour tous les producteurs. Une fois ouvert, le pot doit être consommé dans les 2 jours.

Attention, il n'existe pas de DLC pour les produits vendus à la coupe, avec lesquels il faut rester vigilant. Une tranche de jambon cuit coupée chez un artisan peut se conserver 3 jours à 4 °C. Les produits tripiers doivent, quant à eux, être consommés dans les 24 heures après l'achat au plus tard.

Les saucissons secs ont une date de durabilité minimale (DDM) de moins de 60 jours. Mais ils restent tout à fait consommables au-delà. Seule leur qualité gustative s'amointrit, car le produit perd son humidité en rayon.

La viande se compte parfois en heures

La viande est un produit particulièrement sensible. Lorsqu'elle est achetée chez le boucher ou au rayon traditionnel des grandes surfaces, elle se conserve entre 1 et 4 jours, selon les morceaux. Il faut la laisser dans son emballage d'origine, un papier plastifié spécialement conçu pour sa préservation.

Concernant la viande hachée, les professionnels se réfèrent au code des usages, qui détermine les DLC selon le type d'emballage. Elle est de 7 jours en moyenne quand la viande se présente sous atmosphère modifiée (gaz neutre), et de 11 jours quand elle est sous vide.

Si vous achetez votre steak haché frais chez un boucher traditionnel, qui n'a pas le droit de le mettre sous vide, vous devez le consommer dans les 12 heures qui suivent l'achat. Veillez à le faire cuire "à cœur" pour éviter un risque de contamination. Ce produit, très fragile sur le plan microbiologique, fait partie des plus périssables. La Fédération française des banques alimentaires refuse d'ailleurs de le collecter dans les magasins qui procèdent à des retraits anticipés pour garantir une fraîcheur optimale, alors qu'elle récupère et redistribue les autres produits frais entre 3 et 15 jours avant leur date de péremption.

Les risques

Les viandes et charcuteries sont susceptibles de contenir de nombreux germes pathogènes, comme les staphylocoques dorés ou les salmonelles. Ceux-ci peuvent entraîner une intoxication alimentaire. D'où l'importance de bien respecter les dates de consommation, de se laver les mains avant de cuisiner et de bien nettoyer le plan de travail de la cuisine, car il y a un risque de disséminer ces bactéries en manipulant la viande.