



UNE PANNE DE COURANT... ET VOS ALIMENTS AU FRIGO ET AU CONGÉLATEUR ?

 Dernière mise à jour le 14.08.2015

Suite à une panne de courant, certains aliments qui n'ont pas été gardés au frais ne sont plus sûrs et pourraient être à l'origine d'une intoxication alimentaire. Voici quelques conseils pour trier votre frigo et votre congélateur lorsqu'une panne survient.

Le frigo

La température de votre frigo doit idéalement se situer entre 0 et 4°C. Lors d'une panne d'électricité, les aliments que vous y stockez resteront froids pendant 4 à 6h à condition de ne pas ouvrir la porte du frigo et en fonction de la quantité d'aliments qui y sont conservés (plus le frigo est vide, plus vite il se réchauffera).

Le tableau ci-dessous vous aidera à faire le tri dans votre frigo. Bien entendu, si vous avez un doute sur l'odeur ou l'aspect visuel d'un produit, ou que le produit présente des signes de détérioration, ne le consommez pas.

Aliments réfrigérés

Catégorie	À conserver (sauf si signe de détérioration)	À jeter
Produits laitiers et oeufs	Fromage à pâte dure, fromage fondu, beurre, margarine, yaourt Oeufs	Fromage à pâte molle, fromage à la crème. Lait, crème, crème fraîche et yaourt dont le contenant est ouvert. Plats et desserts à base d'oeufs crus ou cuits (quiches, crème pâtissière, mousse au chocolat,...)
Fruits et légumes	Fruits et légumes frais entiers, jus de fruits pasteurisés	Jus de légumes (contenant ouvert), jus de fruits frais, fruits et légumes cuits (y compris soupes), fruits et légumes crus préparés
Viandes, volailles, poissons et fruits de mer		Tous les plats crus ou cuits contenant de la viande, de la volaille, du poisson ou des fruits de mer
Plats cuisinés		Tous les plats cuisinés et restes de repas

Le congélateur

Votre congélateur devrait être à maximum -18°C . Si votre congélateur tombe en panne, les aliments resteront congelés pendant 48h s'il reste fermé et est complètement rempli. Un congélateur à moitié rempli conservera les aliments congelés pendant environ 24h.

Attention, plus il fait chaud dans la pièce où se trouve le congélateur, plus vite sa température interne montera.

Une fois l'électricité rétablie, vérifiez si vos aliments sont encore congelés. Voici comment faire le tri :

- Les aliments dont le centre est encore bien dur peuvent être recongelés.
- Les aliments crus décongelés qui n'ont pas dépassé la température de 4°C peuvent être cuits et ensuite recongelés, ou rapidement consommés après la cuisson.
- Les aliments décongelés tels que les fromages à pâte dure en bloc, les produits de boulangerie (pain, muffins, couques sans crème,...), et les fruits doivent être consommés rapidement.
- Les aliments plus fragiles d'un point de vue microbiologique qui ont atteint une température de plus de 4°C doivent être jetés. Il s'agit des produits et plats (crus ou cuits) à base de viandes, volailles, poissons, fruits de mer, produits laitiers, oeufs...

Les aliments présentant des signes de détérioration ne doivent pas être consommés.

Source : [Bulletin AFSCA n°62](#), page 10.