

Nous avons pensé inclure certains rappels afin que vous puissiez concocter vos prochaines créations culinaires en toute sécurité. Parce que chez Enbridge, la sécurité demeure notre priorité absolue.

Sécurité des aliments

Nettoyer

- Avant de commencer, lavez-vous les mains avec du savon durant 20 secondes sous l'eau courante.
- Lavez les surfaces de travail et les ustensiles de cuisine après chaque utilisation.
- Lavez soigneusement les fruits et les légumes, préférablement sous l'eau courante. Vous pouvez également utiliser une brosse à légumes pour nettoyer les légumes qui ont une pelure épaisse.

Décongélation

- Conservez les aliments au congélateur jusqu'à ce qu'ils soient prêts à être cuisinés.
- Il est préférable de décongeler les aliments graduellement au réfrigérateur.
- Vous pouvez également décongeler les aliments en les plongeant dans l'eau froide. Veillez cependant à changer l'eau à toutes les demi-heures.
- Décongelez des aliments au four à micro-ondes seulement si vous les cuisinez et les servez immédiatement.
- Ne recongelez pas des aliments décongelés.

Séparer

Il faut toujours conserver la viande, la volaille et le poisson crus, de même que les œufs, loin des aliments prêts à consommer tels que les fruits et les légumes.

Cuire

Assurez-vous de cuire les aliments à la température adéquate afin d'éliminer les bactéries nuisibles. Veuillez consulter notre guide de températures pour des conseils.

Restes

Lorsque des restes d'aliments sont laissés à température ambiante, le nombre de bactéries peut doubler à toutes les 20 minutes. Il est donc important de réfrigérer les aliments le plus rapidement possible. Il est recommandé d'utiliser un contenant peu profond qui aidera à un refroidissement rapide et de réfrigérer les aliments à l'intérieur de 2 heures. Évitez de trop remplir le réfrigérateur afin de permettre à l'air de circuler librement.

Guide de températures pour la viande et la volaille

Bœuf, veau et agneau (morceaux et coupes)	Médium-saignant	145°F 63°C
	Médium	160°F 71°C
	Bien cuit	170°F 77°C
Porc	Porc (morceaux et coupes)	160°F 71°C
Viandes hachées et mélange de viandes (ex : burgers, saucisses)	Bœuf, veau, agneau, porc	160°F 71°C
	Volaille (poulet, dinde)	165°F 74°C
Volaille	Morceaux	165°F 74°C
	Volaille entière	180°F 82°C

Prudence avec les couteaux

Voici quelques conseils qui vous aideront à couper vos légumes comme un véritable chef, en toute sécurité pour vos doigts.

Choisissez le bon couteau — Si vous avez de la difficulté à couper un aliment (imaginez utiliser un mince couteau de métal flexible pour couper un fromage à pâte dure), c'est peut-être parce que vous n'avez pas choisi le couteau adéquat pour le travail en question.

Rangez-les de façon sécuritaire — Lorsqu'ils ne sont pas utilisés, conservez vos couteaux dans un tiroir, une boîte ou un bloc à couteaux.

Utilisez toujours une planche à découper — Les surfaces lisses ou glissantes, telles le marbre et le granit, peuvent faire glisser les aliments et le couteau.

Aiguiser vos couteaux — Même si ça peut sembler paradoxal, un couteau émoussé est plus dangereux qu'un couteau bien aiguisé.

Pointez-le vers le bas — Lorsque vous transportez un couteau, pointez-le toujours vers le bas, parallèle à votre jambe.

Ne tentez pas de l'attraper — Si vous échappez un couteau, reculez et laissez-le tomber.

Ne lui donnez pas de bain — Ne déposez jamais un couteau sale dans un évier ou un plat rempli d'eau; il est trop facile d'oublier sa présence.

