

Transformer pour conserver

POURQUOI CONSERVER LES ALIMENTS ?

Il est nécessaire de transformer les aliments pour les consommer, mais aussi pour les conserver. La première question que l'on peut se poser est : pourquoi est-ce que l'homme cherche à conserver ses aliments ?

Pour prévenir une pénurie :

Certains aliments se conservent longtemps et c'est donc un moyen de prévenir une pénurie.

Pour transporter les aliments :

D'autres sont très périssables et il faut donc les conserver rien que pour pouvoir les transporter du producteur au consommateur.

L'homme a donc inventé des **techniques de conservation** qui ralentissent le processus de décomposition des aliments. Pour comprendre comment fonctionnent ces techniques, il faut d'abord savoir ce qui provoque la dégradation naturelle des aliments. La cause principale est la présence de micro-organismes.

QUE SONT LES MICRO-ORGANISMES ?

Les micro-organismes sont des êtres vivants qui peuvent avoir des formes très diverses. Il y a par exemple les **bactéries**, les **levures** ou même les **moisissures**. Ils sont invisibles à l'œil nu, mais sont pourtant nombreux et colonisent tous les milieux. A la question : sont-ils nuisibles ou au contraire utiles, la réponse est : tout dépend des micro-organismes ! La plupart sont inoffensifs, quelques-uns nous rendent malades, et certains peuvent au contraire enrichir les aliments.

COMMENT LES MICRO-ORGANISMES SE MULTIPLIENT-ILS ?

La question suivante est : comment est-ce que les micro-organismes se multiplient ? Il y a plusieurs paramètres à prendre en compte.

Tout d'abord, il y a la **température**. Les hautes températures détruisent les micro-organismes, le froid stoppe en général leur croissance, alors que des températures modérées l'accélèrent.

La multiplication de micro-organismes dépend aussi de la présence d'**eau** disponible. L'eau est le principal constituant des êtres vivants et les aliments riches en eau sont plus sensibles. On dit que l'eau présente dans un aliment est plus ou moins disponible si elle est liée ou non à d'autres molécules. Plus l'eau d'un aliment est disponible, plus elle permet le développement de micro-organismes.

alimentarium academy

Pour vous donner quelques exemples, l'eau est fortement disponible dans le lait et la viande crue ; elle est par contre faiblement disponible dans les épices et les fruits secs.

Lait, viande crue : eau fortement disponible

Epices, fruits secs : eau faiblement disponible

Autre paramètre qui intervient dans la multiplication des micro-organismes – la présence d'**oxygène** disponible. La plupart des germes ont besoin d'oxygène pour respirer et donc si on diminue la quantité d'oxygène, leur croissance est ralentie. Il faut malgré tout faire attention à certains germes comme les anaérobies qui n'ont pas besoin d'oxygène pour se développer.

Pour terminer, **l'acidité** du milieu a également un impact sur les micro-organismes. Dans un milieu acidifié, alcoolisé ou contenant un agent conservateur, les micro-organismes ne se multiplient plus ou sont détruits.

EN RESUME

Pour résumer, la **température**, l'**eau**, l'**oxygène** et l'**acidité** jouent un rôle dans le développement de micro-organismes. Différentes techniques de conservation utilisent ces paramètres pour détruire les germes ou au moins empêcher leur développement.

Gestes de prévention :

Cependant il ne faut pas oublier qu'il existe des gestes simples de prévention contre la contamination des aliments. Par exemple, se laver les mains avant de manipuler des aliments ou des ustensiles, stocker les aliments à des températures adéquates ou encore cuire ou réchauffer les aliments à une température suffisante.