

Fiche de renseignements sur la sécurité alimentaire

Les fruits de mer et la sécurité alimentaire



La préparation de fruits de mer est une tradition néo-écossaise, que ce soit faire bouillir des homards dans l'eau de mer ou encore déguster un festin de moules cuites à la vapeur ou de coques frites. Les fruits de mer sont un délicieux trésor des eaux de la Nouvelle-Écosse et peuvent rendre toute célébration encore plus agréable. Les spécialistes de la sécurité alimentaire du ministère de l'Agriculture de la Nouvelle-Écosse souhaitent que les clients apprécient ces délices en tenant compte des lignes directrices suivantes pour acheter, conserver, préparer et servir des fruits de mer :

Achat

- Achetez des fruits de mer uniquement de magasins, de marchés et de personnes de bonne réputation, et d'entreprises autorisées par le ministère de l'Agriculture de la Nouvelle-Écosse. Ces entreprises doivent afficher leur permis ou le présenter sur demande du client. Si vous souhaitez récolter vos propres coques ou moules, assurez-vous que la pêche est permise dans cette région en communiquant avec le ministère des Pêches et des Océans.
- Achetez des fruits de mer qui sont réfrigérés ou congelés de façon appropriée. Les établissements de vente au détail doivent avoir suffisamment d'espace pour la réfrigération des fruits de mer, doivent être propres et doivent offrir les installations nécessaires pour se laver les mains.
- La coquille des coques, des moules et des huîtres vivantes doit être fermée. Si elle est légèrement ouverte, elle devrait se refermer lorsque vous la touchez.
- Le crabe et le homard vivants bougent leurs jambes, et les homards courbent leur queue lorsqu'ils sont manipulés.
- Les fruits de mer cuits doivent être conservés à 4 °C (40 °F) ou à une température inférieure, et dans un présentoir différent du poisson ou des fruits de mer crus.
- Pour assurer la meilleure qualité possible, les fruits de mer vivants doivent être conservés à une température de 3 °C (37 °F) lorsqu'ils sont en étalage ou en entrepôt.
- Les fruits de mer, particulièrement s'ils sont cuits, doivent être apportés directement à la maison et mis au réfrigérateur dès que possible. Si le déplacement dure plus de deux heures (une heure par temps chaud), les fruits de mer doivent être conservés dans une glacière.

Conservation

- À la maison, conservez les fruits de mer vivants sur l'étagère inférieure du réfrigérateur, sous les aliments cuits ou prêts à manger. Les fruits de mer crus ne doivent jamais être en contact avec les fruits de mer cuits.
- Conservez les coques, les huîtres et les moules vivantes au réfrigérateur dans des contenants recouverts d'une serviette ou d'un essuie-tout humide. Ne les conservez jamais dans l'eau ou dans des contenants hermétiques. Conservez les mollusques écaillés dans des sacs ou des contenants à l'épreuve des fuites.

- Les coques et les moules en coquille (vivantes) doivent être consommées dans un délai de deux ou trois jours; les huîtres en coquille, dans un délai de sept à dix jours. Les crevettes et les pétoncles ont une durée de conservation de deux à trois jours.
- Le homard et le crabe vivants doivent être cuits le jour de l'achat.
- Les fruits de mer congelés et conservés dans un congélateur à une température de -18 °C (0 °F) peuvent être conservés de trois à six mois. Pour assurer un goût de qualité supérieure, ils doivent être consommés dans un délai de trois mois.
- Les fruits de mer non cuits peuvent être congelés. Le homard se congèle mieux dans la coquille. Les coques et les huîtres peuvent être congelées en coquille ou écaillées. Les fruits de mer congelés en coquille doivent être enveloppés dans un emballage à l'épreuve de l'humidité. Les fruits de mer écaillés doivent être nettoyés et la chair doit être égouttée puis placée dans des contenants pour le congélateur, en laissant un espace d'un pouce entre la chair et le couvercle du contenant.

Préparation

- Lavez-vous toujours les mains avec de l'eau tiède et du savon avant et après avoir manipulé des fruits de mer crus.
- Les moules, les coques ou les huîtres dont la coquille est fendue ou ouverte et qui ne se referme pas lorsque vous la touchez, doivent être jetées.
- Les homards qui ne bougent pas et qui sont entièrement mous sont morts et doivent être jetés.
- Avant la cuisson, rincez les fruits de mer à l'eau froide pendant plusieurs secondes afin d'éliminer la saleté de surface et les bactéries.
- Toutes les surfaces de travail de la cuisine, les planches à découper et les ustensiles utilisés pour préparer les fruits de mer crus doivent être lavés à l'eau chaude et savonneuse, puis désinfectés dans une solution d'une cuillerée à thé d'eau de Javel dans un litre d'eau après avoir été utilisés.

Cuisson

- Faites cuire à la vapeur les moules, les coques ou les huîtres en coquille pendant cinq à dix minutes après l'ébullition de l'eau. Jetez tout mollusque dont la coquille ne s'est pas ouverte après la cuisson.
- Submergez les homards la tête première dans une casserole d'eau bouillante. Vérifiez à quel moment l'eau se remet à bouillir et faites cuire de 10 à 12 minutes pour la première livre, puis pendant quatre minutes de plus pour chaque livre supplémentaire.
- Les homards continueront à cuire lorsque vous les retirerez de l'eau bouillante. Vous pouvez donc les retirer de l'eau un peu à l'avance ou les submerger dans de l'eau glacée pour mettre fin à la cuisson.

Restants

- Lorsque vous apportez des fruits de mer en pique-nique ou pour une activité extérieure, n'achetez que ce qui sera consommé afin d'éviter d'avoir des restants.
- Le homard et le crabe cuits peuvent être conservés dans des contenants hermétiques au réfrigérateur et consommés dans un délai de deux à trois jours.
- La viande de homard ou de crabe cuite et écaillée peut être conservée au réfrigérateur dans un sac ou contenant de plastique scellé à l'épreuve de l'humidité, pendant trois à quatre jours.

Consommation de fruits de mer crus

- La consommation de fruits de mer crus comporte un plus grand risque que la consommation de fruits de mer cuits de façon appropriée.
- Les fruits de mer qui peuvent se consommer crus, par exemple les pétoncles, les huîtres ou les coques, doivent provenir d'une aire de production certifiée.
- Conservez tous les fruits de mer crus au réfrigérateur à 4 °C (40 °F) ou à une température inférieure avant de les servir.
- Les personnes ayant un système immunitaire faible, les jeunes enfants et les personnes âgées ne doivent pas consommer de fruits de mer crus. Puisque la cuisson détruit de nombreux organismes qui peuvent causer des maladies d'origine alimentaire chez ces groupes à risque élevé, il est recommandé que ces personnes ne consomment que des fruits de mer cuits.