Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse
Herausgeber: Aînés
Band: 11 (1981)
Heft: 12

Rubrik: SOS consommateurs : conserves et surgelés

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 08.07.2025

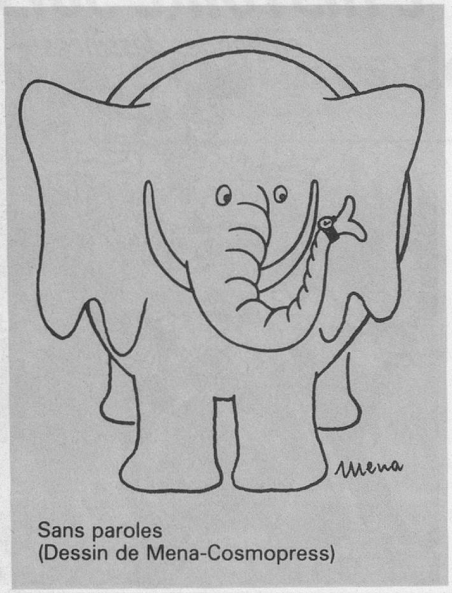
ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

SOS consommateurs

Conserves et surgelés

Eviter la bousculade dans les magasins, accueillir un ou plusieurs invités imprévus, imaginer quelques menus à l'avance; les conserves et surgelés peuvent vous y aider: à condition de bien les connaître. Et n'oubliez pas que cette année Noël et Nouvel-An tombant un vendredi, le «pont» sera peut être un peu long. Et puis, un rhume, une petite grippe qui vous retiennent à la maison ne vous empêcheront pas de manger convenablement si vous avez quelques provisions.

Depuis toujours...
l'homme a cherché à conserver les aliments de la belle saison pour la mauvaise, des années d'abondance pour les années de disette, cela non sans difficulté: la chaleur, le manque d'hygiène, les guerres ont favorisé les famines ou les maladies (vivres avariés par ex.). Certaines techniques traditionnelles, fort anciennes sont toujours en usage, d'autres plus modernes, dues aux progrès de la technologie s'y sont ajoutées.



Sans paroles
(Dessin de Mena-Cosmopress)

Techniques traditionnelles toujours utilisées:
séchage (fruits, légumes, viande, poissons); fumage (poissons, charcuterie); salaison (porc, poissons) tellement employée qu'on avait mis un impôt sur le sel! Sucre (confiture, fruits confits); vinaigre (condiments, marinades); alcool (fruits, liqueurs); fermentation dirigée (choucroute, fromages); enrobage de graisse (confits, terrines).

Techniques modernes

Par la chaleur
Stérilisation ou appertisation. C'est Appert qui réussit le premier pour les armées de Napoléon à conserver des aliments en les faisant cuire, à l'abri de bouteilles, dans de gros chaudrons. Ce fut un grand pas dans la lutte contre la famine, et la naissance des «conserves». Appert reçut le titre de «bienfaiteur de l'humanité». En dehors de ses travaux Appert vulgarisa aussi sa méthode auprès des ménagères: tout ceci au début du XIXe siècle.
Pasteurisation. C'est Pasteur qui découvrit l'action des microbes et confirma les thèses d'Appert. La pasteurisation consiste à chauffer l'aliment sans atteindre 100 degrés et à tuer ainsi une partie des germes (jus de fruits, laits). L'**upérisation** est une pasteurisation ultra-rapide utilisée surtout pour les produits laitiers.

Par le froid
Le froid conserve. L'histoire des archéologues trouvant un mammouth congelé est bien connue!
Réfrigération (de 0 à –5 degrés). C'est le frigo de ménage.
Congélation (de –22 à –30 degrés) pendant plusieurs heures. C'est le procédé maison des congélateurs de ménage.
Surgélation (de –40 à –50). C'est ainsi qu'on prépare les produits surgelés que vous achèterez au magasin.

Autres techniques

Déshydratation: lait en poudre, thé, légumes secs.
Lyophilisation: les produits ont subi une surgélation suivie d'une déshydratation progressive; les produits se réhydratent instantanément sans perdre leurs qualités nutritionnelles et organoleptiques (cafés solubles, légumes, potages, champignons).

Bien connaître les conserves
Nous ne parlons pas ici des conserves de ménage (disons en passant qu'elles sont bien plus responsables d'accidents et d'intoxications que les conserves industrielles, eh oui...). Les conserves modernes gardent une très grande partie des propriétés nutritionnelles des aliments frais (qui peuvent perdre jusqu'à 50% de leurs vitamines dans les 48 heures qui suivent la récolte), c'est pourquoi les conserves sont faites immédiatement après la récolte. Les conserves ont un goût différent des surgelés et rendent d'autres services.
Choisir sa boîte: une conserve se conserve longtemps si elle est bien faite, dans une boîte ni corrodée, ni déformée. Si le temps n'agit pas sur la propreté microbiologique, par contre il agit sur le goût. C'est pourquoi maintenant on date les conserves. Mais ce n'est pas obligatoire.
N'achetez pas les boîtes bombées (vérifiez toujours), mal soudées ou rouillées;
— nettoyez le couvercle, avant d'ouvrir avec un ouvre-boîte rigoureusement propre;
— si vous n'utilisez pas tout, transvasez dans un récipient propre et consommez dans les 24 heures.

Attention... attention aux semi-conserves. Les vendeurs et les consommateurs les confondent. Elles ne sont pas stérilisées, leur emballage et leur apparence est semblable aux conserves mais portent en lettres souvent minuscules: «Semi-conserves à conserver au frais.» Qui sait que les boîtes d'anchois sont des semi-conserves, et n'ont pas à se trouver près du thon et des sardines (qui eux sont de vraies conserves) mais dans un frigo.

Des talents d'agent secret. C'est ce qu'il faut pour déchiffrer le code de datage de certaines conserves. Celui-ci peut être:
— en clair: ex. 18 novembre 1980;
— en semi-code: 80–323 soit le 323e jour de l'an 1980 (le 18 novembre!);
— en code: chaque année est représentée par une lettre, mais ces lettres sont tirées au sort chaque année et ne se suivent donc pas: pour 1980 la lettre est C. Ainsi C–323 signifie le 18 novembre 1980.
C'est toujours l'année de la date de fabrication. Ainsi: 1976 S; 1977 T; 1978 V; 1979 P; 1980 C; 1981 B. Ces lettres ne sont pas valables pour les semi-conserves qui, elles portent: 1980 R; 1981 E. Les semi-conserves ne se gardant que 6 mois on ne devrait déjà plus trouver de lettre R.

Bien connaître les surgelés
Les surgelés conservent toutes les propriétés du plat avant sa surgélation. Les plats précuisinés coûtent relative-

ment cher, par contre, les légumes blanchis, préparés (choux-fleurs, épinards) et donc sans déchets, la viande, ou la volaille sont relativement peu coûteux. Le congélateur du magasin doit être propre et *obligatoirement* (c'est la loi!) contenir un thermomètre de contrôle. Sachez que les paquets ne doivent pas être givrés et que le commerçant ne doit pas vendre de produits qui auraient été décongelés et recongelés à la suite d'une panne!

Attention... attention

Il faut toujours acheter les surgelés en dernier avant de payer, et les mettre si possible dans un cabas spécial ou un sac isotherme; la chaîne du froid si strictement observée de l'usine au magasin ne doit pas être interrompue par le consommateur négligent.

Lisez les étiquettes: conservez le produit comme indiqué et respectez les indications, surtout si vous n'avez pas de congélateur. N'achetez pas de paquets écrasés ou détériorés.

Des étoiles qui ne sont pas de Noël

Elles figurent sur les emballages et sur les appareils ménagers (frigos, congélateurs). Vous devez les respecter:

* 0 à –5: conservation normale du produit (frigo simple) (notre tableau est toujours à votre disposition, le demander à «Aînés»).
** –6 à –12: conservation des aliments surgelés du commerce, 2 à 12 jours selon indications sur l'emballage. Les glaces *quelques heures seulement.*
*** –18: il s'agit d'un congélateur-conservateur, qui garde les produits surgelés du commerce, plusieurs semaines ou mois mais ne permet pas d'y congeler soi-même, sauf les glaces en sorbetière.
**** –22 à –32: congélateur de ménage. On peut congeler soi-même, conserver ses produits et ceux du commerce plusieurs semaines ou plusieurs mois.

Ne recongelez jamais un produit qui a été décongelé. Pour le poisson, la viande, la volaille que vous achetez, demandez au commerçant si vous pouvez les congeler.

Bon appétit et bonnes fêtes.

Prochain article: «Au voleur!»

votre argent

questions

réponses

Le placement fiduciaire

Par le service romand d'information du Crédit Suisse

Qu'est-ce que le placement fiduciaire? Quels sont ses buts, ses principes et ses risques?

Que signifie le terme «Placement fiduciaire»?

Par ce mot, on entend un placement dans lequel la banque suisse ne prend pas l'argent à son propre compte mais agit comme intermédiaire entre le client et une banque étrangère. Cela implique donc que le montant mis à disposition par l'investisseur est replacé non pas en Suisse mais dans le marché européen des capitaux.

Les buts

Ils sont de deux ordres différents. Tout d'abord celui de l'investisseur qui est de placer une certaine somme à un taux souvent plus élevé que celui qu'il pourrait obtenir sur le marché national et cela sans aucune déduction d'impôt à la source (impôt anticipé). L'emprunteur quant à lui cherche à se procurer des liquidités dont il a besoin pour un laps de temps très court. (Par exemple, dans l'industrie, la période entre le moment où il doit payer ses matières premières et celui où il sera payé par son client pour le produit fini.)

Les principes

Etant donné que l'emprunteur a besoin en général d'une somme importante pour une période déterminée, il ne peut s'adresser à plusieurs petits investisseurs dont les désirs ne seraient pas les mêmes quant au remboursement de leur placement. C'est pourquoi ce genre d'investissement ne peut se faire que par tranche minimale de Fr. 100 000.—.

Les besoins des emprunteurs pouvant être importants soit lorsqu'il y a abondance de capitaux sur le marché, soit quand ces derniers sont plutôt rares, il s'ensuit une très grande variation sur les taux d'intérêt qui sont offerts et qui suivent la loi de l'offre et de la demande.

De sorte que si vous placez aujourd'hui à 10% environ pour 6 mois, vous ne pouvez savoir quel sera le taux qui vous sera offert pour un nouvel investissement après cette période.

Les risques

Ce genre de placement est toujours effectué par la banque suisse aux risques et périls du client. C'est la raison même du rapport de fiducie.

Nous pensons avoir ainsi fait le tour des principales données concernant le placement fiduciaire. Nous pouvons conclure en affirmant que si ce type d'investissement n'est pas aussi risqué que certains le prétendent, il n'est pas non plus «la solution» à tous les problèmes de placement et ne doit être utilisé que pour une petite part seulement des avoirs de chaque investisseur.

Communiqué de notre administration

Nous rappelons que le journal «Aînés» est une société coopérative et que l'article 4 de ses statuts stipule que: «Toute personne physique ou morale peut devenir membre de la société si elle en fait la demande écrite. L'admission est prononcée par le conseil d'administration.»

Les parts sociales sont de Fr. 100.—; elles sont nominatives. Les personnes intéressées désirant d'autres informations sont priées de s'adresser à l'administration d'«Aînés».