

# Hygiène dans le frigo on répond à vos questions





**Quelle est  
la bonne  
température  
pour un frigo ?**

# La température idéale de conservation des aliments se situe entre **0 et +4°C**

Elle permet de :

- ralentir considérablement la croissance de micro-organismes comme la bactérie *Listeria monocytogenes*
- stopper la croissance de la majorité des germes pathogènes comme *Salmonella enterica*.

## Conseil

Pour les frigos anciens, contrôler la température avec un thermomètre.  
Pour les nouveaux, une pastille indique que le frigo est à la bonne température.

A photograph of a refrigerator's vegetable drawer, filled with fresh produce including green leafy vegetables, cucumbers, yellow and red bell peppers, and tomatoes. The image is partially obscured by a green overlay containing text.

**À quelle  
fréquence  
et avec quels  
produits  
nettoyer  
son frigo ?**



# Nettoyer les salissures dès qu'il y en a évite la prolifération de micro-organismes.

Un nettoyage complet du frigo est aussi indispensable pour nettoyer toutes les surfaces.

Il doit être fait autant que nécessaire et **au moins une fois par an.**



## Conseil

L'eau savonneuse peut suffire en rinçant avec de l'eau légèrement javellisée.

# Doit-on **recouvrir** les aliments préparés ?

Protéger les aliments, dans des boîtes hermétiques ou avec du film alimentaire par exemple, limite les contaminations croisées et évite le développement de micro-organismes.



## Attention

N'oubliez pas de retirer les suremballages en carton avant de ranger vos aliments au frigo

# À quel moment mettre **les aliments** **préparés** au frigo ?

Dès qu'ils ne sont plus chauds !

Il est recommandé de ne pas dépasser 2h d'attente avant réfrigération.

Au-delà de 2 heures à température ambiante, des bactéries peuvent se développer dans les plats préparés.



✓ 2h

**Astuce :** Si la quantité d'aliment préparée est grande, la répartir en portions plus petites permet un refroidissement plus rapide.



Plus d'infos sur les  
toxi-infections ?

[Lien en bio](#)



[Partagez l'info](#)

En cuisine,  
**#LeMeilleur  
Ingrédient**  
c'est l'hygiène !