

3. Les gammes de produits

Chloé De Smet

16

Les produits frais

- À privilégier si possible
- Teneur en composés bioactifs et nutriments dépendant de la fraîcheur:
 - Perte en vitamines dès la récolte pour les fruits et légumes
 - Temps de stockage et d'étalage au magasin
 - Temps de stockage à la maison



Chloé De Smet

17

Les produits surgelés

- Récolte à maturité et surgélation immédiate
- Teneur en vitamines et minéraux préservée
- Altération de la texture des ingrédients
- Pas d'informations sur l'origine des fruits et légumes (uniquement le lieu de conditionnement)
- Facilité d'utilisation des produits bruts



© 2014 DPA Spazio

18

Les conserves



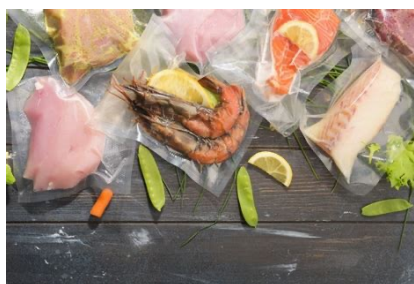
- En saumure ou en sirop
 - Tenir compte de la teneur en sel ou en sucre!
- Appertisation ou stérilisation = traitement thermique
 - Perte en vitamines
 - Perte en couleurs et texture
- Coating intérieur des conserves métalliques: à l'origine d'intolérances / allergies

© 2014 DPA Spazio

19

Les ingrédients sous-vide

- Contact avec du plastique alimentaire
- Traitement thermique nécessaire pour les légumes et fruits
- Pas de conservateurs ni additifs
- Prolongation de la durée de conservation



Chloé De Smet