

Internationalen Dag fir Liewensmëttelsécherheet

**Journée internationale de
la sécurité sanitaire
des aliments**

Quiz

Opléisung / Solutions

1. Allergene si Liewensmëttel déi bei verschiddene Leit eng allergesch Reaktioun ausléisen. **Wéi kann sech en Allergiker iwwert d'Allergenen am Produit informéieren?**

- a) Allergene mussen ervirgehuewe sinn an der Lëscht vun den Inhaltsstoffer egal op se déck, kursiv, faarweg, grouss oder ënnerstrach geschriwwen sinn, d'Haaptsaach ass dass een se erkennt.
- b) De Kontakt vum Produzent steet fir méi Informatioun op der Etikette. Wann d'Leit méi Informatiounen iwwert Allergenen am dem Produit brauche soll de Produzent fir si erreechbar sinn.
- c) D'Deklaratioun vun den Allergenen op der Verpackung ass fräiwëlleg. D'Leit si responsabel fir dat wat se iessen a mussen selwer wëssen op se eppes verdroen oder net.

Explicatioun:

Allergene mussen ervirgehuewe geschriwwen sinn an der Lëscht vun den Inhaltsstoffer. Et ass egal op se déck, kursiv, faarweg, grouss oder ënnerstrach geschriwwen sinn, d'Haaptsaach ass dass een se erkennt. Den Allergiker soll dëss Informatioun op all Produit ëmmer op der nämmlecher Plaz zeréckfannen: an der Lëscht vun den Inhaltsstoffer (ingrédients).

D'Leit kennen op déi verschiddenst Liewensmëttel allergesch sinn. An der Reglementatioun sinn dofir 14 Liewensmëttel-Kategorië fixéiert ginn déi am meeschten Allergien ausléisen: Käre mat Gluten; Nëss; Crustacéen; Zelleri; Eeër, Moschtert; Fësch; Sesamkären; Kakuetten; Sulfiten; Soja; Lupinen; Mëllech a Mollusken.

<https://securite-alimentaire.public.lu/fr/professionnel/Denrees-alimentaires/Allergenes/Questions-reponses-declaration-allergenes.html>

Les allergènes sont des aliments qui provoquent une réaction allergique chez certaines personnes. Comment une personne allergique peut-elle s'informer sur les allergènes qui se trouvent dans son produit?

- a) Les allergènes doivent être mis en évidence dans la liste des ingrédients. Qu'ils soient marqués en italique, coloré, grand ou souligné ; il est essentiel de pouvoir les identifier.
- b) Pour avoir plus d'informations, le contact du fabricant est écrit sur l'étiquette. Le fabricant est obligé d'être à la disposition des personnes ayant besoin davantage d'informations sur les allergènes.
- c) La déclaration des allergènes sur l'emballage est volontaire. Tout le monde est responsable de ce qu'il mange et doit savoir ce qui lui convient.

Explications:

Les allergènes doivent être mis en évidence dans la liste des ingrédients. Qu'ils soient marqués en italique, coloré, grand ou souligné ; il est essentiel de pouvoir les identifier. Une personne allergique doit toujours trouver ces informations au même endroit sur l'emballage de chaque produit à savoir au niveau de la liste des ingrédients.

On peut être allergique à différents aliments. C'est pourquoi la réglementation fixe 14 catégories d'aliments qui sont responsables pour la majorité des allergies déclarées en Europe: les céréales qui contiennent du gluten; les fruits à coques; les crustacés; le céleri; les œufs, la moutarde; les poissons; les graines de sésame; les arachides; les sulfites; le soja; le lupin; le lait et les mollusques.

<https://securite-alimentaire.public.lu/fr/professionnel/Denrees-alimentaires/Allergenes/Questions-reponses-declaration-allergenes.html>

2. Verpaakte Liewensmëttel, brauchen eng Etikette. Informatiounen op der Etikette sinn zum Beispill den Numm vum Produit, de Verfallsdatum an d'Inhaltsstoff. **Hei ass eng Foto vun der Etikette vun Chipsen, wat ass dorunner falsch?**

- a) D'Etikette ass op englesch an also net an enger vun eisen offizielle Sproochen (Lëtzebuergesch, Franséisch oder Däitsch).
- b) Chipsen enthalen vill Fett an dat ass schlecht fir d'Gesondheet. Dowéinst muss d'Etikette eng Warnung enthalen wou een iwwert d'Risiko vum Fett gewarnt gëtt.
- c) Bei den Inhaltsstoffen sti vill wëssenschaftlech Termen. Déi misste besser erkläert sinn.

D'Informatiounen op der Etikette mussen dem Konsument erméiglechen en informéierte Choix beim Auswiel vu senger Liewensmëttel ze maachen. Et ass also obligatoresch dass d'Etikette an enger offizieller Sprooch ass vum Land wou de Produit verkaaft gëtt . <https://securite-alimentaire.public.lu/fr/professionnel/Denrees-alimentaires/Etiquetage/LanguesEtiquetage.html>

Bei den "allégations nutritionnelles - Nährwertangaben" dierf een op d'Etikett schreiwen op en Liewensmëttel bestëmmte Kritären entsprécht wat den Nährwert ugeet, wéi z.B "wéineg Fett oder Salz" oder "kalziumräich". Sou Aussoe si fräiwëlleg op der Etikett, mee wann se do stinn, mussen se och wëssenschaftlech bestätegt si vun der EFSA - European Food Safety Authority (Europäesch Autoritéit fir Liewensmëttelsécherheet). <https://securite-alimentaire.public.lu/fr/professionnel/Denrees-alimentaires/Allegations-nutritionnelles.html>

Di wëssenschaftlech Terme sinn Additiven. Dat si Substanzen déi absichtlech bei de Produit derbäi gemëscht goufe fir dass deen sech zum Beispill méi laang hält, méi eng appetitlech Faarf oder aner gewënschten Eegenschaften huet. Déi mussen net op der Etikett erkläert sinn, mussen awer mat hirem Numm oder hirer E-Nummer an hirer Funktioun (Faarfstoff, Konservierungsstoff, Geschmacksverstärker, ...) opgeléist ginn. <https://securite-alimentaire.public.lu/fr/professionnel/Denrees-alimentaires/Additifs.html>

Les denrées alimentaires pré-emballées doivent être munies d'une étiquette. Les informations sur les étiquettes comprennent par exemple le nom du produit, la date de péremption et la liste des ingrédients. Voici une photo de l'étiquette sur un paquet de chips, qu'est-ce qui n'est pas correct?

- a) L'étiquette est écrite en langue anglaise et non pas dans une des langues officielles arrêtées pour le Luxembourg (qui sont le luxembourgeois, le français ou l'allemand).
- b) Les chips contiennent beaucoup de matières grasses, ce qui est mauvais pour la santé. Par conséquent, les étiquettes doivent comporter un avertissement sur les risques d'obésité.
- c) La liste des ingrédients contient de nombreux termes scientifiques. Ceux-ci devraient être mieux expliqués.

Les informations sur l'étiquette doivent permettre au consommateur de faire un choix avisé lors de la sélection de son aliment. Il est donc obligatoire que les étiquettes soient rédigées dans une des langues officielles du pays dans lequel le produit est commercialisé. <https://securite-alimentaire.public.lu/fr/professionnel/Denrees-alimentaires/Etiquetage/LanguesEtiquetage.html>

L'étiquette peut contenir des allégations nutritionnelles, c.-à-d. des mentions concernant la valeur nutritionnelle du produit comme p.ex "faible en graisses ou en sel" ou "riche en calcium". Ces mentions sont volontaires, mais pour pouvoir être utilisées elles doivent être scientifiquement confirmées par l'EFSA - Autorité européenne de sécurité des aliments. <https://securite-alimentaire.public.lu/fr/professionnel/Denrees-alimentaires/Allegations-nutritionnelles.html>

Les termes scientifiques sont utilisés pour identifier des additifs qui sont des substances volontairement ajoutées au produit pour permettre par exemple une conservation prolongée ou lui conférer une couleur plus appétissante ou d'autres propriétés souhaitées. Il n'est pas obligatoire de les expliquer sur l'étiquette, mais les additifs sont à indiquer ou bien avec leur nom et leur fonction ou bien leur numéro E et leur fonction (colorant, conservateur, exhausteur de goût, ...)

3. Et ass Summer, d'Sonn schéint, et ass waarm an et gëtt gegrillt. Duerch d'Hëtzt kennen d'Liewesmëttel awer och schlecht ginn, respektiv Liewesmëttelvergiftungen ervir ruffen. **Wat muss onbedéngt an de Frigo?**

- a) De Béier – just kale Béier ass genéissbar.
- b) D'Gromperenzalot mat Mayonnaise-Dressing muss ëmmer gekillt sinn.
- c) Fir dass en net verleeft: de Schockela.

Explicatiounen:

Duerch d'réi Eeër an der Mayonnaise kënnen schiedlech Bakterien (wéi z.B. Salmonellen) an d'Gromperenzalot kommen a sech bei ze waarmen Temperature staark verbreedden a Konsumente krank maachen.

D'Gromperenzalot mat Mayonnaise-Dressing muss déi ganzen Zäit am Frigo sinn, dat nämmlecht zielt och fir den Tiramisu oder fir d'Schockelasmousse.

Fir de Béier zielt dat natierlech och, mee vun engem waarmem Béier gëtt een (normalerweis) net krank. Gedrénks kann ee ganz einfach an enger Bitche mat Killakkuen a Waasser kal halen.

C'est l'été, le soleil brille et il fait chaud : l'occasion parfaite pour faire un BBQ. Cependant, avec la chaleur, la nourriture peut devenir nocive pour la santé et provoquer p.ex. des intoxications alimentaires. Quels aliments faut-il mettre au frigo ?

- a) La bière – seulement une bière bien fraîche est agréable.
- b) La salade de pommes de terre à la mayonnaise doit toujours être gardée au frais.
- c) Le chocolat - pour qu'il ne fonde pas.

Explications:

La mayonnaise qui contient des œufs crus, est à considérer comme un aliment à risque, car des bactéries (telles p.ex. les salmonelles) y peuvent se multiplier facilement à température ambiante et rendre cet aliment dangereux pour la santé. Cela ne se produit pas si la salade est conservée au frais.

La salade de pommes de terre à la mayonnaise doit donc impérativement être conservée dans le réfrigérateur. Ceci vaut également pour des produits comme le tiramisu ou la mousse au chocolat.

Bien sûr, la bière est meilleure si on peut la consommer froide, mais la consommation d'une bière chaude ne comporte pas de risque. La bière peut facilement être conservée au frais dans une bassine avec des blocs réfrigérants et de l'eau.

4. Am Beräich vun der Liewensmëttelsécherheet schwätzt een oft vum der Killketten. **Wat versteet een ënnert enger Killketten?**

- a. Verdierflech lesswuerer solle kal bleiwe vum Supermarché bis heem a bis an d'Dëppen fir dass sech schiedlech Mikrobe net multiplizéieren kënnen.
- b. Uebst a Geméis solle gekillt bleiwe fir dass se nach weider räifen an dono perfekt fir de Verbrauch sinn.
- c. De Respekt vum Wuelbefanne vun den Déiere beim Schluechten.

Explicatiounen:

Iwwert di ganz Liewensmëttelketten ass et wichteg di richteg Temperaturen anzehalen. Fir kriddeleg Produiten heescht dat, dass se no der Produktioun, während dem Transport, am Geschäft, bei eis am Auto souwéi doheem gekillt bléiwe mussen. Wann dat de Fall ass, dann ass d'Killkette respektéiert.

D'Mikrobe multiplizéieren sech am beschten tëschen 10 a 65 Grad Celsius, et soll een also ëmmer kucken, dass verdierflech Liewensmëttel méi kal, also ënnert 4 Grad Celsius gelagert an dono richteg gekacht sinn, dass och all Mikrobe futti ginn.

<https://securite-alimentaire.public.lu/fr/consommateur/ConseilConsommateur/hygiene-alimentaire-maison.html>

Dans le domaine de la sécurité alimentaire, on parle souvent de la chaîne du froid. De quoi s'agit-il ?

- a) Les produits alimentaires périssables doivent être conservés au frais, du supermarché jusqu'à la casserole afin que des microbes nuisibles ne se multiplient pas.
- b) Les fruits et légumes doivent être réfrigérés pour qu'ils continuent à mûrir afin qu'ils soient parfaits pour la consommation.
- c) La chaîne ou encore liaison du froid est une technique pour "coller" différents morceaux de viande de mauvaise qualité, afin qu'ils ressemblent à un steak entier.

Explications:

Il est important de maintenir la bonne température tout au long de la chaîne du froid. Pour les produits à risque, cela signifie qu'ils doivent rester refroidis après la production, pendant le transport, en magasin, dans notre voiture et à la maison. Si tel est le cas, on parle du respect de la chaîne du froid.

Les microbes prolifèrent rapidement à des températures comprises entre 10 et 65 degrés Celsius, il faut donc toujours vérifier que les aliments périssables soient stockés au froid, donc à une température maximale de 4 degrés Celsius et qu'ils soient ensuite cuits correctement afin que des microbes éventuellement présents soient tués.

<https://securite-alimentaire.public.lu/fr/consommateur/ConseilConsommateur/hygiene-alimentaire-maison.html>

5. **Wat ass déi ideal Temperatur fir Liewensmëttel am Frigo ze versueren?**

- a. 10 Grad Celsius
- b. 4 Grad Celsius
- c. -1 Grad Celsius

Explicatiounen:

Fir dass eis lesswuere frësch bleiwen, soll de Frigo am beschten op 4 Grad Celsius agestellt sinn. D'Mikrobe multiplizéieren sech am beschten tëschen 10 a 65 Grad Celsius.

Et soll een also ëmmer kucken dass verdierflech Liewensmëttel kal (ënnert 4 Grad Celsius) gelagert sinn. Ze kal ass awer och net gutt, well ee soss riskéiert d'Wueren duerch Erfréiere futti ze maachen.

<https://securite-alimentaire.public.lu/fr/consommateur/ConseilConsommateur/hygiene-alimentaire-maison.html>

Quelle est la température idéale pour conserver les aliments au réfrigérateur?

- a) 10 degrés Celsius
- b) 4 degrés Celsius
- c) -1 degrés Celsius

Explications:

Pour préserver la qualité de nos aliments, il est conseillé de régler son réfrigérateur à 4 degrés Celsius. Les microbes prolifèrent rapidement à des températures comprises entre 10 et 65 degrés Celsius.

Il est donc important de toujours vérifier que les aliments périssables soient conservés au froid (en-dessous de 4 degrés Celsius). Une conservation à des températures encore plus basses n'est pas recommandée, vu que leur gel peut également abîmer les produits.

<https://securite-alimentaire.public.lu/fr/consommateur/ConseilConsommateur/hygiene-alimentaire-maison.html>

6. Fir wat steet FCM?

- a) Fried Chicken Method – amerikanesch Aart a Weis de Poulet ze frittéieren.
- b) Food Contact Materials – All Material dat mat Liewensmëttel a Kontakt kënnt an dofir speziell Krittäre muss respektéieren.
- c) Food Chilling Measures – Mesuren déi geholl gi fir d'Killkette bis bei de Konsument ze respektéieren.

Explicatiounen:

FCM – *Food Contact Materials* - Lebensmittelkontakt-Materialien - matériaux destinés à entrer en contact avec des denrées alimentaires – sinn, wéi den Numm et scho seet, all Materialien (a Géigestänn) déi mat Liewensmëttel a Kontakt kommen.

Dat kann de Plastik sinn an déi mer se awéckelen, Pabeiersverpackung vun de Produiten, d'Dëppe fir se dran ze kachen, d'Forschett fir d'Liewensmëttel z'iessen oder soss e Behälter fir se dran ze stockéieren. Dës Materialien a Géigestänn si streng kontrolléiert fir dass net gesondheetsschiedlech Substanze vum Material eriwwer an eist lesse migréieren an dat verschmotzen.

Dës Substanze ginn um europäeschen Niveau vun der EFSA - European Food Safety Authority (Europäesch Autoritéit fir Liewensmëttelsécherheet) gepréift a gi réischt zougelooss wann se keng Gefor fir d'Gesondheet vum Mënsch duerstellen.

<https://securite-alimentaire.public.lu/fr/professionnel/Denrees-alimentaires/Materiaux-et-objets-en-contact.html>

- a) Fried Chicken Method - façon américaine de frire le poulet.
- b) Food Contact Materials - Tout matériel entrant en contact avec des aliments et qui doit répondre à des exigences bien définies.
- c) Food Chilling Measures - Mesures prises pour respecter la chaîne du froid jusqu'à ce que les produits arrivent chez le consommateur.

Explications:

Les FCM - *Food Contact Materials* - Matériaux en contact avec les denrées alimentaires – sont, comme le nom l'indique, des matériaux (ou objets) qui sont destinés à entrer en contact avec des denrées alimentaires.

Cela peut être le plastique ou le papier qui emballent les aliments, les casseroles pour les cuisiner, les couverts pour les manger ou tout autre récipient pour les stocker. Ces matériaux et objets sont rigoureusement contrôlés pour empêcher que des substances nuisibles migrent du matériel vers les aliments et les contaminent.

Ces substances sont évaluées par l'EFSA - European Food Safety Authority (Autorité européenne de sécurité des aliments) et sont seulement autorisées lorsqu'elles ne constituent pas un danger pour la santé humaine.

<https://securite-alimentaire.public.lu/fr/professionnel/Denrees-alimentaires/Materiaux-et-objets-en-contact.html>

7. *Superfood* ass en Marketing Begrëff, dee Liewensmëttel beschreift déi anscheinend immens gesond an narhaft solle sinn. **Käre vun Aprikosen (och als Pudder oder als Ueleg) ginn zum Beispill och als *Superfood* promovéiert. Dës ass falsch a geféierlech. Wisou?**

- a. Käre vun den Aprikosen enthalen eng Substanz déi bei der Verdauung a Blo-Saier ëmgewandelt gëtt. Dëst ka Kappwéi a Schwindel-Attacken ausléisen an, a ganz schlëmme Fäll déidlech sinn.
- b. Et besteet Erstéckungsgefor well d'Kären sou déck sinn datt se d' Otemweeër kënne verschléissen.
- c. An de Käre kënne Parasitten dra sinn déi bei der Verdauung d'Liewer ugräifen. Dës Parasitte si keng Gefor beim normale Konsum vun Aprikosen.

Explicatiounen:

Käre vun den Aprikosen enthalen Amygdaline. Dës Substanz verwandelt sech beim Verdauen a Blo-Saier. Blo-Saier ass toxesch a ka beim Mënsch Kappwéi, Schwindel-Attacken ausléisen an, a ganz schlëmme Fäll déidlech sinn.

<https://securite-alimentaire.public.lu/fr/consommateur/ConseilConsommateur/Intoxication-acide-cyanhydrique-noyaux-abricots.html>

Superfood est un terme du marketing qui décrit des aliments qui sont censés être très sains et nutritifs. Par exemple, les noyaux d'abricots (également vendus en poudre ou huile) sont promus comme *Superfood*. Ceci est faux et dangereux. Pourquoi?

- a) Les noyaux d'abricots contiennent une substance qui lors de la digestion est convertie en acide cyanhydrique. Cette substance peut déclencher des maux de tête, des vertiges et, dans les cas extrêmes, être mortelle.
- b) Il y a un danger d'étouffement : les noyaux d'abricot sont si épais qu'ils peuvent bloquer les voies respiratoires.
- c) Il peut y avoir des parasites qui attaquent le foie pendant la digestion. Ces parasites ne présentent aucun danger lors de la consommation normale d'abricots.

Explications:

Les noyaux d'abricots contiennent de l'amygdaline. Lors de la digestion, cette substance se transforme en acide cyanhydrique. Cette acide est toxique et peut provoquer chez l'homme des maux de tête, des vertiges et, dans les cas extrêmes, être mortelle.

<https://securite-alimentaire.public.lu/fr/consommateur/ConseilConsommateur/Intoxication-acide-cyanhydrique-noyaux-abricots.html>

8. Wat ass Campylobacter?

- Eng Bakterie déi bei Geflügel ganz heefeg ass, an hirem Darmtrakt leeft a souguer méi oft den Ausléiser vun enger Liewensmëttelvergiftung ass wéi Salmonellen. Dofir muss ee Geflügel ëmmer gutt duerch kachen.
- Eng Bakterie déi oft a Verbindung bruecht gëtt mat Mogripp-Fäll op Campingen. Den Ursprung ass d'Waasser wat sou laang an de Réier steet well se d'Hallschent vum Joer net benotzt ginn.
- Eng Bakterie déi op Uni-Campus'en heefeg ass an eng Mogripp ausléist. Se ass nei entdeckt ginn a bis ewell ass bekannt dass se am Béier den Ursprung huet.

Explicatiounen:

Campylobacter ass eng Bakterie déi bei Geflügel ganz heefeg ass, a souguer méi oft den Ausléiser vun enger Liewensmëttelvergiftung ass wéi Salmonellen.

Geflügel soll een ëmmer gutt duerch kachen. Wäsche soll ee vermeiden, well duerch d'Waasser-Drëpsen d'Bakterien nach méi an der Kiche verbreet ginn. Et ass och wichteg dass een d'Brietchen an d'Messer mat dem een de Poulet geschnidden huet net, éier een et gewäsch huet, net méi benotzt fir aner lesswueren ze verschaffen an dass een sech d'Hänn wäscht nodeems een de Poulet manipuliert huet.

<https://securite-alimentaire.public.lu/fr/consommateur/ConseilConsommateur/intoxication-campylobacter.html>

- Une bactérie très répandue, qui se trouve dans le tractus intestinal de la volaille et qui provoque plus de cas d'intoxication alimentaire que les salmonelles. C'est pour cette raison qu'il faut toujours bien cuire la volaille.
- Une bactérie souvent associée aux cas de gastroentérite sur les campings. Elle trouve son origine dans l'eau qui stagne dans la tuyauterie pendant la moitié de l'année.
- Une bactérie souvent présente sur les campus universitaires et qui déclenche une gastroentérite. Elle a été récemment découverte et jusqu'à présent on sait qu'elle provient de la bière.

Explications:

Campylobacter est une bactérie très répandue dans les volailles et elle est plus souvent à l'origine d'une intoxication alimentaire que les salmonelles.

La volaille doit toujours être bien cuite. Il faut aussi éviter de la laver pour empêcher que les bactéries se propagent par des gouttelettes d'eau dans toute la cuisine. Il est également important de ne pas réutiliser le couteau et la planche de découpe, sans les avoir bien nettoyés au préalable, pour la préparation d'autres aliments et de bien se laver les mains après avoir manipulé de la volaille crue.

<https://securite-alimentaire.public.lu/fr/consommateur/ConseilConsommateur/intoxication-campylobacter.html>

9. Säit wéini gëtt et den internationalen Dag fir Liewensméttelsécherheet – World Food Safety Day?

- a. Zënter der Grënnung vun der Welt Gesondheet Organisatioun (WHO/OMS) – 1948
- b. Zënter leschtem Joer – d’Joër vun der Grënnung vum Lëtzebuerger Commissariat alimentaire – 2019,
- c. Zënter der Grënnung vun der Europäescher Autoritéit fir Liewensméttelsécherheet (EFSA) – 2002

Explicatiounen:

Den internationalen Dag fir Liewensméttelsécherheet gëtt et tatsächlech véier zënter dem leschtem Joer.

<https://www.un.org/fr/events/foodsafetyday/>

Duerch Zoufall ass 2019 och dat Joer wou zu Lëtzebuerg de Commissariat du gouvernement à la qualité, à la fraude et à la sécurité alimentaire – kuerz Kommissariat fir Liewensméttelsécherheet- gegrënnt gouf.

Den “ComAlim” ass fir d’Koordinatioun vun der Liewensméttelsécherheet op nationalem Niveau zoustänneg. Dës Instanz ass den nationale Kontaktpunkt fir jiddereen (privat Léit, Betriber, national, europäesch an international Organisatiounen). <https://securite-alimentaire.public.lu/fr/organisme.html>

D’EFSA - European Food Safety Authority – ass di europäesch Autoritéit fir Liewensméttelsécherheet. Di Europäesch Kommissioun freet d’EFSA fir de Risiko vu verschiddene Substanzen (wéi z.B Pestizidréckstänn, Schwéiermetaller, Mikroben, Zousazstoffer,...) an de Liewensméttel anzeschätzen. Wat d’EFSA duerch hir wëssenschaftlech Rapporten festhält, kann d’Kommissioun dann an d’Gesetzgeber integréieren fir esou d’Gesondheet vun den EU- Bierger ze schützen.

www.efsa.europa.eu

Depuis quand existe la Journée internationale de la sécurité alimentaire - World Food Safety Day?

- a) Depuis la création de l'Organisation mondiale de la Santé (OMS / WHO) - 1948
- b) Depuis l'année dernière – l’année de l’instauration du Commissariat alimentaire luxembourgeois - 2019,
- c) Depuis la création de l'Autorité européenne de sécurité des aliments (EFSA) - 2002

Explications:

En effet, la Journée internationale de la sécurité sanitaire des aliments n'existe que depuis l'année passée. <https://www.un.org/fr/events/foodsafetyday/>

Par coïncidence, 2019 est aussi l'année où le Commissariat du gouvernement à la qualité, à la fraude et à la sécurité alimentaire – Commissariat alimentaire - a été mis en place.

Le « ComAlim » est responsable pour la coordination de la sécurité alimentaire au niveau national. Cet organisme constitue également le point de contact unique national (aussi bien pour les personnes privées, les entreprises et les organisations nationales, européennes et internationales).

<https://securite-alimentaire.public.lu/fr/organisme.html>

L’EFSA est l’autorité européenne pour la sécurité alimentaire. La Commission européenne demande à l’EFSA une évaluation des risques concernant différentes substances (p. ex résidus de pesticides, métaux lourds, microorganismes, additifs, ...) dans les denrées alimentaires. Sur base des études scientifiques de l’EFSA, la Commission européenne peut mettre en place ses législations afin de protéger la santé des citoyens européens.

www.efsa.europa.eu

10. Additiven - Zousazstoffer - si Substanzen déi absichtlech bei en Produit gemëscht goufe fir datt dëse gewënschten Eegenschafte kritt. **Wéi ee vun de folgenden Zousazstoffer gëtt et NET a Wierklechkeet?**

- a. E160 – Caroténoïd, e Faarfstoff, deen natierlech bei Aprikosen oder Muerten ze fannen ass.
- b. E330 – Zitrounen-Saier, déi kënn natierlech an Zitrusfriichte vir a gëtt als Saierungsmëttel agesat.
- c. E-007 – e Sécherheetsagent, deen eng Lizenz fir Mikroben ëmzebréngen huet.

Explicatiounen:

Den E-007 ass natierlech fräi erfonden. Additiven oder Zousazstoffer, als E-Nummeren op den Etiketten ausgewisen, si Substanzen déi absichtlech bei de Produit gemëscht goufe fir dass deen sech zum Beispill méi laang hält, méi eng schéi Faarf oder aner gewënschten Eegenschafte huet.

<https://securite-alimentaire.public.lu/fr/professionnel/Denrees-alimentaires/Additifs.html>

Des Substanzen ginn um europäeschen Niveau vun der EFSA - European Food Safety Authority (europäesch Autoritéit fir Liewensmëttelsécherheet) gepréift a ginn eréischt zougelooss wann se keng Gefor fir d'Gesondheet vum Mënsch duerstellen.

Les additifs sont des substances qui sont délibérément ajoutées à un produit pour obtenir des propriétés souhaitées. **Lequel des additifs énoncés ci-dessous n'existe PAS en réalité?**

- a) E160 - Caroténoïde, un colorant trouvé naturellement dans les abricots ou les carottes.
- b) E330 - Acide citrique naturellement présent dans les agrumes et utilisé comme agent acidifiant.
- c) E-007 - Un agent de sécurité avec un permis tuer les microbes.

Explications:

Le E-007 est bien sûr un additif purement fictif. Les additifs mentionnés comme numéros « E » sur les étiquettes sont des substances qui ont été volontairement ajoutées au produit pour une conservation prolongée par exemple ou lui conférer une couleur plus appétissante ou bien pour lui attribuer d'autres propriétés souhaitées.

<https://securite-alimentaire.public.lu/fr/professionnel/Denrees-alimentaires/Additifs.html>

Ces substances sont contrôlées par l'EFSA - European Food Safety Authority (Autorité européenne de sécurité des aliments) et sont seulement autorisées lorsqu'elles ne constituent pas de danger pour la santé humaine.

11. **Op wéi enge Liewensmëttel muss e Verbrauchsdatum (date limite de consommation) ugi sinn?**

- a. Op gedréchten Nuddelen.
- b. Op frësch Tomaten.
- c. Op agepaaktem Filet américain.

Explicatioun:

E Verbrauchsdatum fënnt een op agepaakten Liewensmëttel, déi séier verdierwen an dann e Gesondheetsrisiko duerstellen, wéi zum Beispill frëscht Fleesch a Fësch. E Liewensmëttel mat Verbrauchsdatum soll no dësem Datum net méi giess ginn.

Op gedréchten Nuddelen, Räis asw. fënnt een normalerweis e Mindesthaltbarkeetsdatum, d.h. datt dës Liewensmëttel, wéi den Numm et scho seet, op d'mannst bis zu deem Datum halen. Bis zu deem Zäitpunkt garantéiert de Produzent eng perfekt Qualitéit vu sengem Liewensmëttel.

Dat heescht net, dass no dësem Datum d'Liewensmëttel net méi ka giess gi, mee datt z.B. de Goût noléisst oder d'Konsistenz net méi esou schéin ass.

Op frëschem Uebst a Geméis ass keen Datum uginn. Bei dëse Liewensmëttel gesäit een, wann se net méi gutt sinn, well se entweder schimmelen oder faulen.

<https://securite-alimentaire.public.lu/dam-assets/fr/publications/link-liste/consommateur/DDM-carte-DE.pdf>

Pour quels aliments une date limite de consommation doit toujours être indiquée?

- a) Des pâtes sèches.
- b) Des tomates fraîches.
- c) Du filet américain préemballé.

Explication:

Une date limite de consommation doit se trouver sur les aliments préemballés périssables, susceptibles, après une courte période, de présenter un danger immédiat pour la santé humaine, comme la viande ou le poisson frais. Un aliment avec une date limite de consommation ne doit plus être mangé après cette date.

Sur les pâtes sèches, le riz, etc. on trouve généralement une date de durabilité minimale. Cette date indique que ces aliments gardent leurs caractéristiques au moins jusqu'à cette date. Par cette date, le fabricant garantit une qualité parfaite de ses aliments.

Après cette date, on peut encore consommer l'aliment, mais ses qualités gustatives ou nutritionnelles sont éventuellement altérées. Cela signifie que par exemple le goût a disparu ou que la consistance n'est moins appétissante.

Pour les fruits et les légumes frais aucune date ne doit être indiquée. Pour ces aliments, il est facile de constater s'ils ne sont plus aptes à la consommation par l'apparition de moisissures ou d'autres signes de dégradation.

<https://securite-alimentaire.public.lu/dam-assets/fr/publications/link-liste/consommateur/DDM-carte-FR.pdf>

12. Wéi soll Fleisch am beschten entdeet ginn?

- a. A waarmem Waasser.
- b. Am Frigo.
- c. Op der Heizung.

Explicatiounen:

Och beim Entdeeë sollt d'Killketten net ënnerbrach ginn. Iwwert di ganz Liewensmëttelketten ass et wichteg di richteg Temperaturen anzehalen. Fir kriddeleg Produiten heescht dat, dass se och gekillt bléiwe musse während dem Entdeeën

D'Mikrobe vermehren sech am beschten tëscht 10 a 65 Grad Celsius, et soll een also ëmmer d'Liewensmëttel ënnert 4 Grad Celsius lagere an dono richteg kachen, fir dass och all d'Mikrobe futti sinn. Dat gëllt souwuel fir Wueren déi am Frigo wéi am Tifküler sinn. Den Tifküler soll iwweregens op -18 Grad Celsius agestallt sinn.

Eng Alternativ fir séchert Entdeeën ass d'Benotze vun der Mikrowelle.

<https://securite-alimentaire.public.lu/fr/consommateur/ConseilConsommateur/hygiene-alimentaire-maison.html>

- a. Dans l'eau chaude.
- b. Au réfrigérateur.
- c. Sur le radiateur.

Explication:

Lors de la décongélation, il importe de ne pas interrompre la chaîne du froid et de respecter les bonnes températures. Pour des produits sensibles comme la viande, il faut donc veiller à les garder au frais même lors de la décongélation.

Les microbes prolifèrent à des températures comprises entre 10 et 65 degrés Celsius, il faut donc veiller à réfrigérer les denrées alimentaires à une température en-dessous de 4 degrés Celsius et de les cuire à fond par la suite pour éliminer tous les microbes. Ces instructions s'appliquent aussi bien aux aliments stockés au réfrigérateur qu'au congélateur, qui d'ailleurs est à régler à une température de -18 degrés Celsius.

Une alternative pour une décongélation sûre est l'utilisation du four à micro-ondes.

<https://securite-alimentaire.public.lu/fr/consommateur/ConseilConsommateur/hygiene-alimentaire-maison.html>

13. Nodeems ech meng Kotlette fäerdeg gegrillt hunn, leeën ech se nees ob de selwechte Plateau wou se virum Grillen drop waren, ass dat richteg?

- a. Kloer, dann hunn ech manner ze spullen.
- b. Jo, dat spuert Zäit an ech kann d’Kotletten direkt dorop zerwéieren.
- c. Nee, well do kennen eventuell nach schiedlech Mikrobe vun de réie Kotletten drop sinn an da kommen déi nees ob meng fäerdeg gegrillte Kotletten.

Explicatioun:

Op frëschem Fleesch kënnen eventuell schiedlech Mikroben drop sinn. Dës maache mer duerch d’Kache futti sou datt se eis dono net krank maache kënnen. Dës Mikrobe liewen a multiplizéieren sech am beschten tëscht 10 a 65 Grad, wann een also d’Fleesch ënnert 4 Grad Celsius gelagert an dono richteg gekacht huet, sinn dës Mikrobe kee Problem méi.

Wann een d’Kotletten nom grillen awer rëm op den nämmlechte Plateau zeréck leet, da sinn do eventuell nach schiedlech a lieweg Mikrobe vu virdrun drop. Déi kontaminéieren da rëm d’Fleesch an aner Liewensmëttel a kënnen eis krank maachen.

<https://securite-alimentaire.public.lu/fr/consommateur/ConseilConsommateur/hygiene-alimentaire-maison.html>

Après cuisson de mes côtelettes, je les remets sur le même plateau qu’avant la cuisson, est-ce la bonne façon de procéder?

- a. Bien sûr, ainsi je peux limiter ma vaisselle.
- b. Oui, cela m’épargne du temps et je peux rapidement servir mon repas.
- c. Non, puisque l’assiette peut être contaminée par des microbes dangereux qui étaient présents sur la viande crue et qui peuvent contaminer mes côtelettes prêtes à la consommation.

Explication:

Sur la viande crue, il est possible de trouver des microbes potentiellement dangereux mais qui seront rendus inoffensifs par la cuisson. Ces microbes prolifèrent aux températures comprises entre 10 et 65 degrés Celsius. Ainsi, si l’on garde la viande à une température inférieure à 4 degrés Celsius au réfrigérateur avant cuisson et que l’on veille à une bonne cuisson par la suite, il n’y a pas de soucis.

Mais si on remet les côtelettes cuites sur le même plateau que lorsqu’elles étaient crues, des microbes dangereux et vivants peuvent à nouveau contaminer le produit cuit et d’autres aliments et par la suite nous rendre malade.

<https://securite-alimentaire.public.lu/fr/consommateur/ConseilConsommateur/hygiene-alimentaire-maison.html>

14. Wat ass Acrylamid?

- a. Eng schiedlech Substanz am Plastik vun de Biberonen.
- b. Eng schiedlech Substanz an de Fritte wëll se ze waarm an ze laang frittéiert goufen.
- c. Eng schiedlech Substanz déi ee beim Grille kann anootmen.

Explicatiounen:

Acrylamide ass eng schiedlech Substanz déi beim staarken a laangen Erhëtze vu Produiten aus Kären (wéi Brout, Kichelcher oder Pizza) oder Gromperen (wéi Fritten a Chipsen) kann entstoen. Acrylamid ass warscheinlech kribserreegend an de Mënsch soll esou mann wéi méiglech dovunner zou sech huelen. Dofir soll een ëmmer versichen dës Produiten net ze brong oder verbrannt ze iessen.

<https://securite-alimentaire.public.lu/fr/consommateur/ConseilConsommateur/Diminuer-exposition-acrylamide.html>

L'acrylamide, qu'est-ce que c'est?

- a. Une substance nocive dans le plastique des biberons.
- b. Une substance nocive dans les frites qui se forme en cas de friture à durée et à température excessive.
- c. Une substance nocive qui peut être inhalée lors d'un BBQ.

Explications:

L'acrylamide est une substance nocive qui se forme lors d'une cuisson prolongée à haute température de produits à base de céréales (comme le pain, les biscuits ou la pizza) ou à base de pommes de terre (comme les frites et les chips). L'acrylamide est probablement cancérigène et il convient de minimiser l'exposition des humains à cette substance. Par conséquent, il faut éviter de consommer des produits à cuisson ou friture excessivement élevée se caractérisant par une couleur très brune.

<https://securite-alimentaire.public.lu/fr/consommateur/ConseilConsommateur/Diminuer-exposition-acrylamide.html>

15. Acrylamid ass eng schiedlech Substanz déi a Fritte ka present sinn. Wéi kann d'Formatioun vun dëser Substanz sou geréng wéi méiglech gehale ginn?
- D'Fritte bei maximal 175 Grad Celsius bake fir dass sech keen Acrylamid bilde kann.
 - Nom Kachen, vill Salz op d'Fritte maachen. Salz mëscht dass den Acrylamid sech opléist.
 - Direkt an d'Friteuse oder an den Uewen domat, d'Gromperen an eng Schossel Waasser leeë mëscht et nach méi schlëmm.

Explicatiounen:

Acrylamid ass eng schiedlech Substanz déi beim staarkem a laangem Erhëtze vu Produiten aus Kären (ewéi Brout, Kichelcher oder Pizza) oder Gromperen (ewéi Fritten a Chipsen) kann entstoen. Acrylamid ass warscheinlech kriebserreegend an de Mënsch soll esou mann wéi méiglech dovunner zou sech huelen. Dofir soll een ëmmer versichen dës Produiten net ze brong oder verbrannt z'iessen.

Fritte sollen also net ze waarm (maximal 175 Grad Celsius) an net ze laang gebak ginn. Wat d'Fritte méi brong sinn, wat méi Acrylamid dran ass.

Wann een d'Grompere virum Backen oder Frittéieren e bëssen am Waasser léist, verléieren se en Deel vun hirer Stärkt (amidon). Dat ass gutt well, et d'Stärkt ass, déi sech bei Hëtzt a Presenz vu Fett an Acrylamid ëmwandelt.

<https://securite-alimentaire.public.lu/fr/consommateur/ConseilConsommateur/Diminuer-exposition-acrylamide.html>

Ze vill Salz ass schlecht fir d'Gesondheet an huet och guer keng Wierkung op d'Entstoen oder Opléise vum Acrylamid. <https://gimb.public.lu/fr/gesond-iessen/besoins-nutritionnels/adulte/extras-aliments.html>

L'acrylamide est une substance nocive qui peut se former lors de la préparation de frites. Comment peut-on limiter la formation de cette substance?

- Cuire les frites à une température de 175 degrés Celsius au maximum.
- Mettre une bonne quantité de sel après la cuisson pour dissoudre l'acrylamide.
- Mettre les frites directement au four ou dans la friteuse puisque le fait de garder les pommes de terre dans l'eau risque de détériorer davantage la situation.

Explications:

L'acrylamide est une substance nocive qui peut se former lors d'une cuisson à température élevée et prolongée notamment dans des produits à base de céréales (pain, biscuits, pizzas) et à base de pommes de terre (frites, chips). L'acrylamide est probablement cancérigène et il convient de minimiser l'exposition des humains à cette substance. Par conséquent, il faut éviter de consommer des produits à cuisson ou friture excessivement élevée se caractérisant par une couleur très brune.

La cuisson des frites doit donc être réalisée à une température inférieure à 175 degrés Celsius et jusqu'à l'obtention d'une couleur jaune dorée. La quantité d'acrylamide augmente avec le brunissement des frites.

Si l'on met les pommes de terres avant la cuisson dans l'eau, elles perdent une certaine quantité de leur teneur en amidon, ce qui contribue à limiter la quantité en acrylamide qui se forme notamment à partir de l'amidon lors de la cuisson.

<https://securite-alimentaire.public.lu/fr/consommateur/ConseilConsommateur/Diminuer-exposition-acrylamide.html>

Une quantité élevée de sel est mauvaise pour la santé et n'a aucun impact sur la formation ou la dégradation de l'acrylamide.

<https://gimb.public.lu/fr/gesond-iessen/besoins-nutritionnels/adulte/extras-aliments.html>

16. Fir wat steet EFSA?

- a. European Food Safety Authority – di europäesch Autoritéit fir Liewensméttelsécherheet.
- b. Excellent Food Solutions Agency – eng ASBL déi sech dofir asetzt fir d'Leit besser mat gesonde Liewensméttel ze versuerger.
- c. Europe's Fruity Sweet Apples – e geschützte Qualitéitslabel fir europäesch Äppel.

Explicatiounen:

D'EFSA - European Food Safety Authority – ass di europäesch Autoritéit fir Liewensméttelsécherheet. Di Europäesch Kommissioun freet d'EFSA fir de Risiko vu verschiddene Substanzen (wéi z.B Pestizidréckstänn, Schwéiermetaller, Mikroben, Zousazstoffer, ...) an de Liewensméttel anzeschätzen. Op Basis vun dëse wëssenschaftleche Bewäertunge vun der EFSA kann d'EU-Kommissioun Grenzwäerter fir dës schiedlech Substanzen an de Liewensméttel festleeë fir sou d'Gesondheet vun den EU-Bierger ze schützen.

D'EFSA selwer schafft mat de beschte Wëssenschaftler aus ganz Europa zesumme fir sécher ze goen dass hir Studie richteg an objektiv sinn. Och mat den nationalen Autoritéite schafft d'EFSA enk zesummen, sou dass och wierklech all Aspekt consideréiert gëtt, éier d'EFSA eng Bewäertung zu enger Substanz erausgëtt.

<http://www.efsa.europa.eu/fr>

https://securite-alimentaire.public.lu/fr/point_focal.html

- a. European Food Safety Authority – l'Autorité européenne pour la sécurité alimentaire.
- b. Excellent Food Solutions Agency – une ASBL pour améliorer l'approvisionnement en denrées alimentaires saines pour tout le monde.
- c. Europe's Fruity Sweet Apples – un label de qualité protégé pour les pommes en Europe.

Explications:

L'EFSA est l'Autorité européenne pour la sécurité alimentaire. La Commission européenne demande à l'EFSA une évaluation des risques concernant différentes substances (p.ex. résidus de pesticides, métaux lourds, microbes, additifs, ...) dans les denrées alimentaires. Sur base des études scientifiques de l'EFSA, la Commission européenne peut définir des limites maximales pour ces substances dangereuses dans les denrées alimentaires afin de protéger la santé des citoyens européens.

L'EFSA travaille avec les scientifiques les plus renommés d'Europe afin de disposer d'études objectives et confirmées. L'EFSA travaille également étroitement avec les autorités nationales afin de considérer tous les aspects avant de publier ses avis scientifiques en relation avec les substances concernées.

<http://www.efsa.europa.eu/fr>

https://securite-alimentaire.public.lu/fr/point_focal.html

17. D'EFSA - European Food Safety Authority – ass di europäesch Autoritéit fir Liewensméttelsécherheet. Si mëscht Risikoanalyse am Beräich vun der Liewensméttelsécherheet. Wat genau ass dat?

- a. D'Analyséiere vum Risiko fir dass keen an Europa erhéngere muss an dass mer sécher all eppes um Teller hunn.
- b. D'Aschätze vum Risiko fir Mënsche vu verschiddene Substanzen, déi an eise Liewensméttel dra sinn.
- c. D'Kontroll vun de Kantine vun den europäeschen Institutiounen fir dass do keen eppes Schlechtes ësst.

Explicatiounen:

D'EFSA - European Food Safety Authority – ass di europäesch Autoritéit fir Liewensméttelsécherheet. Di Europäesch Kommissioun freet d'EFSA fir de Risiko vu verschiddene Substanzen (wéi z.B Pestizidréckstänn, Schwéiermetaller, Mikroben, Zousazstoff, ...) an de Liewensméttel anzeschätzen. Op Basis vun dëse wëssenschaftleche Bewäertunge vun der EFSA kann d'EU-Kommissioun Grenzwäerter fir dës schiedlech Substanzen an de Liewensméttel festleeë fir sou d'Gesondheet vun den EU-Bierger ze schützen.

D'Risikoanalyse besteet aus der Risiko - Evaluatioun, - Gestiou a - Kommunikatioun. D'Risiko-Evaluatioun kuckt wat Risike vun enger Substanz sinn a wéi se an de Liewensméttel virkënnt, dono kuckt se wéi oft de Mënsch dem Risiko exposéiert ass, dat heescht wéi oft sou e Liewensméttel giess gëtt. An zum Schluss gëtt dann evaluéiert wéi schiedlech déi Substanz ass, fir Grenzwäerter vun dëser Substanz an de Liewensméttel festzeleeën.

https://securite-alimentaire.public.lu/fr/professionnel/eval_risque/analyse_risque.html

D'EFSA selwer mëscht keng wëssenschaftlech Studien. Si schafft mat Wëssenschaftler aus ganz Europa zesumme fir sécher ze goen dass hir Studie richteg an objektiv sinn. Och mat den nationalen Autoritéite schafft d'EFSA enk zesummen, sou dass och wierklech all Aspekt consideréiert gëtt, éier d'EFSA eng Bewäertung zu enger Substanz erausgëtt.

<http://www.efsa.europa.eu/fr>

L'EFSA est l'Autorité européenne de sécurité des aliments. Elle effectue l'analyse des risques dans le domaine de la sécurité alimentaire. De quoi s'agit-il exactement ?

- a. Analyser le risque pour que personne en Europe n'ait besoin de souffrir de la faim et qu'on ait tous de la nourriture dans nos assiettes.
- b. Etudier le risque pour les humains en relation avec les diverses substances contenues dans nos aliments.
- c. Le contrôle des cantines des institutions européennes pour faire en sorte que les gens ne mangent pas de la mauvaise nourriture.

Explications :

L'EFSA est l'Autorité européenne pour la sécurité alimentaire. La Commission européenne demande à l'EFSA une évaluation des risques concernant différentes substances (p.ex. résidus de pesticides, métaux lourds, microbes, additifs...) dans les denrées alimentaires. Sur base des avis scientifiques de l'EFSA, la Commission européenne peut définir des limites maximales pour ces substances dangereuses dans les denrées alimentaires afin de protéger la santé des citoyens européens.

L'analyse des risques comprend l'évaluation, la gestion et la communication des risques. L'évaluation des risques examine d'abord les risques d'une substance puis la façon et la fréquence de sa présence dans nos aliments. Par la suite, il sera possible d'évaluer la gravité d'une substance nocive et d'en déduire des valeurs limites dans nos aliments.

https://securite-alimentaire.public.lu/fr/professionnel/eval_risque/analysis_risque.html

L'EFSA ne mène pas d'études scientifiques elle-même. Elle travaille avec des scientifiques de toute l'Europe pour s'assurer que les études sont exactes et objectives. L'EFSA travaille également en étroite collaboration avec les autorités nationales pour garantir que chaque aspect soit pris en compte avant qu'elle n'émette son avis scientifique sur une substance.

<http://www.efsa.europa.eu/fr>

18. E Schwamm ass dat perfekt Ëmfeld fir Mikroben : schéi waarm a gutt fiicht. Och wann d'Spull-Schwämm a -Lompe propper ausgesinn, sinn et oft di knaschtegst Géigestänn an enger Kichen. Wat kann een dogéint maachen?

- a. Guer näischt, e puer mol benotzt an dann an d'Poubelle domat.
- b. Wäsche bei mindestens 60°C Grad Celsius fir potentiell Mikroben ze eliminéieren.
- c. Seef mëscht alles propper, dofir ass dat am Fong kee Problem.

Explicatiounen:

D'Mikrobe liewen a multiplizéieren sech am beschten tëscht 10 a 65 Grad; ëmsou méi, wann et, wéi op engem Schwamm, och nach fiicht ass a Reschter vu Liewensmëttel drop sinn. Dat sinn di perfekt Konditiounen fir dass d'Mikrobe vill multiplizéieren an eis Kiche kontaminéieren.

<https://securite-alimentaire.public.lu/fr/consommateur/ConseilConsommateur/hygiene-alimentaire-maison.html>

Et soll een sech also net drop verloossen, datt e Schwamm propper ausgesäit. De Schwamm soll oft bei mindestens 60 Grad Celsius gewäsch ginn, datt en net nëmme visuell, mee och mikrobiologesch propper ass. Trotz Wäsche soll een d'Schwämm awer nach reegelméisseg austauschen, fir kee Risiko anzegoen. Schwamm oder Spullbiischt an der Spullmaschinn mat spullen ass och gutt.

Une éponge de cuisine constitue un environnement idéal pour la prolifération des microbes : en effet, bien chaude et humide, les microbes y prolifèrent en abondance, même si visuellement l'éponge semble propre. Les éponges et torchons sont donc parmi les objets les plus contaminés en cuisine. Quels sont les remèdes?

- a. Rien à faire, après quelques utilisations il faut les jeter.
- b. Il faut laver les éponges à une température de 60 degrés Celsius minimum pour éliminer les microbes.
- c. Le savon contribue à leur propreté, il n'y a donc pas de soucis.

Explications:

Les microbes préfèrent les températures entre 10 et 65 degrés Celsius, ainsi que les milieux humides et les résidus d'aliments. Les éponges offrent donc des conditions parfaites à la multiplication de microbes qui contribuent à contaminer nos cuisines.

<https://securite-alimentaire.public.lu/fr/consommateur/ConseilConsommateur/hygiene-alimentaire-maison.html>

Il ne faut donc pas se fier à l'aspect visuel de ces objets. Il faut les laver fréquemment à une température minimale de 60 degrés Celsius pour éliminer les microbes. De plus, il convient de les remplacer régulièrement, afin d'éviter toute source potentielle de contamination. On peut également laver les éponges et les brosses de nettoyage dans le lave-vaisselle.

19. E gentechnesch verännerten Organismus, och nach OGM (fr.: *organisme génétiquement modifié*) oder GMO (en.: *genetically modified organism*) ass en Organismus, deem seng Ierfanlage mat biotechnologesche Methode verännert goufen, fir op déi Manéier Déieren oder Planze bestëmmten Eegenschaften ze vermëttelen. **Sinn an de "Bio"-Produiten OGM'en dran?**

- a) Natierlech net! Et ass jo Bio, do ass all Produit OGM-fräi.
- b) Normalerweis net, all Produit aus der biologescher Landwirtschaft gëtt op OGM getest éier en op de Marché kënnt.
- c) Et kënne bis zu 0,9% OGM dra sinn, sou laang se net express dragemëscht goufen oder des Presenz technesch net ze evitéiere war.

Explicatiounen:

Op all Produit dee méi wéi 0,9% OGM enthält, muss dat och op senger Etikette stoen. Déi Produiten dierfen dann och net méi als Bio verkaaft ginn.

Déi Produiten déi manner wéi 0,9% OGM enthalen a wou des Presenz net express ass an och technesch net ze evitéiere war, dierfen als OGM-fräi op de Marché kommen an sou och als Bio-Produit verkaaft ginn.

<https://securite-alimentaire.public.lu/fr/professionnel/Denrees-alimentaires/OGM/legislation.html>

D'Produiten aus der konventioneller a biologescher Landwirtschaft ginn zu Lëtzebuerg streng op OGM kontrolléiert an et gëtt gekuckt op d'Verpackung richteg etikettéiert ass.

Weider Informatioun iwwert OGM Kontrolle vun 2019 fënnt een an dësem Rapport: <https://securite-alimentaire.public.lu/dam-assets/fr/publications/link-liste/plan-control-rapports/Campagne-OGM-2019-rev02.pdf>

Le matériel génétique d'un organisme génétiquement modifié (OGM) a été modifié par des biotechnologies afin de conférer certaines caractéristiques spécifiques à une espèce (plante ou animal).

Est-ce que les produits biologiques peuvent contenir des OGM?

- d) Bien sûr que non! Comme il s'agit de produits biologiques, il n'y a pas d'OGM.
- e) En principe non, puisque tous les produits issus de l'agriculture biologique sont contrôlés avant leur mise sur le marché.
- f) Les produits biologiques peuvent contenir jusqu'à 0,9% d'OGM si leur présence est fortuite ou techniquement inévitable.

Explications:

Si un produit contient plus de 0,9% d'OGM, cela doit être indiqué sur l'étiquette. Ce produit ne peut pas être commercialisé sous la dénomination biologique.

Les produits issus de l'agriculture biologique qui contiennent moins de 0,9% d'OGM et pour lesquels il s'agit d'une présence techniquement inévitable et non intentionnelle, peuvent être commercialisés avec la mention "sans-OGM" et donc également sous la dénomination biologique

<https://securite-alimentaire.public.lu/fr/professionnel/Denrees-alimentaires/OGM/legislation.html>

La présence d'OGM est contrôlée au Luxembourg de façon stricte aussi bien au niveau des produits issus de l'agriculture conventionnelle que biologique tout comme leurs emballages pour lesquels la conformité de l'étiquetage est vérifiée.

Plus d'informations sur les contrôles des OGM en 2019 sont disponibles dans ce rapport: <https://securite-alimentaire.public.lu/dam-assets/fr/publications/link-liste/plan-control-rapports/Campagne-OGM-2019-rev02.pdf>

20. Wat sinn Nahrungsergänzungsmëttel?

- a) Exotesch Gewürzer, déi d'essen ob eng lecker Aart a Weis ergänzen.
- b) Liewensmëttel a Form vu Pellen oder Pudder, déi d'Ernährung z.B. mat Vitaminnen oder Mineralien ergänzen.
- c) Liewensmëttel déi als Medikamenter agéieren an déi präventiv géint Krankheete wierke sollen.

Explicatioun:

Nahrungsergänzungsmëttel si Liewensmëttel, déi a Form vu Pellen, Pudder oder Léisungen ugebuede ginn. Si sollen eis konventionell Ernährung ergänzen a kënnen Vitaminnen, Mineralstoffer (Kalzium, Magnesium, ...), Pflanzenextrakten (Cranberry, Ginkgo, Curcuma, ...) oder och nach aner Substanzen erhalen.

Sou Produite kënnen eng gesond an ofwiesslungsräich Ernährung awer net ersetzen.

Sie gesinn oft aus wéi Medikamenter, well se ënnert änlecher Form (Pellen, Pudder oder Léisungen) ugebuedene ginn. Sie falen awer an d' Kategorie vun de Liewensmëttel. Dofir däerf een och net op d'Etikett schreiwen, dass Nahrungsergänzungsmëttel virun enger Krankheet schützen oder dës heelen. Allgemeng muss all Gesondheetsausso eng wëssenschaftlecht Bestätegung hunn duerch d'EFSA - European Food Safety Authority (europäesch Autoritéit fir Liewensmëttelsécherheet). https://securite-alimentaire.public.lu/fr/professionnel/Denrees-alimentaires/Allegations-nutritionnelles/allegation_nutrition_sante/allegations_sante.html

Nahrungsergänzungsmëttel si reglementéiert a gi vun de Liewensmëttel-Autoritéite kontrolléiert. <https://securite-alimentaire.public.lu/fr/consommateur/ConseilConsommateur/Complements-alimentaire-brochure.html>

- a) Des épices exotiques destinés à rehausser le goût des plats.
- b) Des denrées alimentaires sous forme de comprimés ou de poudre destinées à compléter l'alimentation p.ex. par l'apport en vitamines ou minéraux.
- c) Des denrées alimentaires agissant de la même façon que des médicaments pour prévenir certaines maladies.

Explications:

Les compléments alimentaires sont des denrées alimentaires présentées sous forme de comprimés, de poudre ou de solutions. Ils sont destinés à compléter notre alimentation et peuvent contenir des vitamines, des minéraux (calcium, magnésium, ...), des extraits de plantes (cranberry, ginkgo, curcuma, ...) ou d'autres substances.

Ces produits ne peuvent cependant pas remplacer une alimentation saine et variée.

Ils ressemblent souvent à des médicaments car ils sont proposés sous forme similaire (comprimés, poudre ou solutions). Cependant, ils tombent dans la catégorie des denrées alimentaires. Par conséquent, on ne peut pas écrire sur l'étiquette que les compléments alimentaires protègent ou guérissent d'une maladie. En général, toutes les allégations de santé doivent être validées scientifiquement par l'EFSA - European Food Safety Authority (Autorité européenne de sécurité des aliments).

https://securite-alimentaire.public.lu/fr/professionnel/Denrees-alimentaires/Allegations-nutritionnelles/allegation_nutrition_sante/allegations_sante.html

Les compléments alimentaires sont réglementés et contrôlés par les autorités alimentaires.

<https://securite-alimentaire.public.lu/fr/consommateur/ConseilConsommateur/Complements-alimentaire-brochure.html>

Qu'est-ce qu'on entend par compléments alimentaires?

21. Wéi gesinn ech op der Etikette wéi vill Zocker meng Kichelcher hunn?

- a) Guer net, de Produzent muss jo säi Rezept net weisen.
- b) Bei der Lëscht vun den Ingredient steet all Inhaltsstoff mat der genauer Quantitéit drop, wéi zum Beispill wéi vill Gramm Miel, Botter, Schockela, Eeër, Hief an Zocker.
- c) Op der Nährwäerttabell, hei stinn Nährstoffer wéi Fetter, gesättegt Fettsaieren, Proteinnen, Salz an eben och Kuelenhydrater an den Zocker mat hirer Quantitéit pro 100 g drop.

Eng Etikette besteet, ënnert anerem, aus enger Lëscht vun den Inhaltsstoff an enger Nährwäerttabell.

Vu datt den Zocker en Nährstoff ass, steet en mat senger genauer Quantitéit an der Nährwäerttabell pro 100 g. Mat der genauer Quantitéit sinn dann och nach aner Nährstoffer wéi Fetter, gesättegt Fettsaieren, Kuelenhydrater, Proteinnen a Salz.

An der Lëscht vun den Ingrediente stinn zwar all Inhaltsstoff, mee ouni Quantitéiten. D'Quantitéit kann duerch d'Positioun an der Lëscht vun den Ingrediente beurteelt ginn: wat en Ingredient méi am Ufank vun der Lëscht steet, wat méi dovun am Produit dran ass.

<https://securite-alimentaire.public.lu/fr/professionnel/Denrees-alimentaires/Etiquetage.html>

- a) C'est impossible puisque le producteur n'est pas obligé de faire connaître sa recette.
- b) La liste des ingrédients énumère clairement les différents ingrédients y compris leur quantité exacte comme p.ex. le grammage de la farine, du beurre, du chocolat, de la levure et du sucre.
- c) En consultant le tableau de la déclaration nutritionnelle qui indique la quantité de matières grasses, de matières grasses saturées, de protéines, de sel, d'hydrates de carbone et de sucre pour 100 g de produit.

Une étiquette comprend, entre autres, une liste des ingrédients et une déclaration nutritionnelle.

Comme le sucre constitue un nutriment, la teneur en sucre pour 100 g de produit est affichée dans le tableau des valeurs nutritionnelles. Par ailleurs, sont également indiqués avec leur quantité exacte pour 100g de produit: les matières grasses, les matières grasses saturées, les protéines, le sel et les hydrates de carbone.

La liste des ingrédients énumère tous les ingrédients selon un ordre décroissant mais sans indiquer leurs quantités exactes. Ainsi, la quantité d'un ingrédient se trouvant en tête de liste est plus élevée que celle d'un ingrédient figurant en fin de liste.

<https://securite-alimentaire.public.lu/fr/professionnel/Denrees-alimentaires/Etiquetage.html>

Comment connaître la teneur en sucre de mes biscuits?