

DOSSIER DE LA SEMAINE

LES DIFFÉRENTES TECHNIQUES DE CONSERVATION DES ALIMENTS

+

C'EST COMBIEN ?

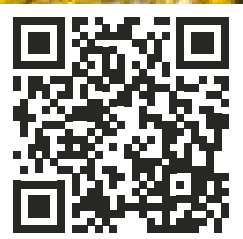
LES COÛTS MOYENS
DES MARCHÉS DE LA SEMAINE

LES PRODUITS DE SAISON

LE MIL, LA CÉRÉALE QUI
VOUS VEUT DU BIEN

ASTUCES DE LA SEMAINE

REDONNER DE L'ÉCLAT AUX SEMELLES
BLANCHES DE CHAUSSURES



19 AU 26 AVRIL 2021



cnlvc
Conseil National de Lutte
contre la Vie Chère

Ensemble c'est possible !



O t i b i

VOTRE BULLETIN HEBDOMADAIRE ÉCHO DES MARCHÉS, C'EST POUR VOUS !

Au contact de l'air, de la chaleur ou de l'humidité, les aliments perdent de leur fraîcheur et pourrissent. Il est donc essentiel de procéder à une bonne conservation des produits. En effet, la conservation des aliments sert à préserver leurs qualités gustatives et nutritives ainsi que leur texture et leur couleur en empêchant le développement de bactéries, de champignons et de micro-organismes qui pourraient entraîner une intoxication alimentaire. Congélation, réfrigération, pasteurisation, mise sous vide, appertisation, salaison...il existe différents procédés. En quoi consistent les différentes techniques de conservation des aliments ? Quels sont les avantages de chaque technique ? Tour d'horizon dans LE DOSSIER DE LA SEMAINE.

Consommé sous forme de bouillie, beignets, boisson lactée, le mil est une céréale complète très prisé en cette période de jeûne musulman. Aliment réputé « gluten free » (sans gluten), le mil est sans conteste un allié santé. Les avantages nutritionnels du mil sont à découvrir dans la rubrique PRODUIT DE SAISON.

Malgré un ou plusieurs lavages intensifs, les semelles blanches de vos chaussures n'ont toujours pas retrouvé leur éclat d'antan ? Nous vous donnons une astuce simple et efficace pour retrouver des semelles résolument éclatantes dans L'ASTUCE DE LA SEMAINE !

Pour terminer sur un sourire, rendez-vous dans notre rubrique « HUMOUR », pour démarrer la semaine dans la bonne humeur.

Sans oublier la rubrique C'EST COMBIEN ? qui vous livre les tendances du marché des produits de grande consommation. Du vivrier aux produits manufacturés, en passant par les produits frais. ECHO DES MARCHÉS, c'est un bulletin d'information conçu et pensé pour le consommateur ivoirien.

Parce qu'ensemble c'est possible !

Dr Ranie-Didice **BAH-KONE**
Secrétaire Exécutive du CNLVC



Ensemble c'est possible !

C'EST COMBIEN?

TABLEAU DE L'EVOLUTION DES PRIX DE LA SEMAINE

C'EST COMBIEN?
Les Coûts Moyens des Marchés



Chaque semaine, nous faisons le tour des marchés pour vous livrer les prix moyens des produits de grande consommation. Du vivrier aux produits manufacturés, en passant par les produits frais, etc.

	PRODUITS	COÛTS MOYENS FR/KG						TENDANCES DES PRIX	
		ABIDJAN	SAN-PÉDRO	BOUAKÉ	YAMOISSOUKRO	MAN	KORHOGO		
PRODUITS VIVRIERS	PRODUITS DE SAISON	IGNAME BÊTÉ BÊTÉ	350	300	300	350	500	350	▼
		IGNAME KLÉGLÉ	500	450	400	400	350	500	▼
		MANIOC	200	200	200	200	300	300	■
		POMME DE TERRE	500	400	500	500	600	500	▼
		PATATE DOUCE	200	250	500	400	200	200	▼
		MIL	400	400	300	350	400	350	■
		ARACHIDE DECORTIQUÉE	800	600	600	750	700	500	■
		HARICOT	600	500	550	-	400	600	■
		RIZ LOCAL (LONGS GRAINS)	400	500	450	400	375	350	▼
		RIZ LOCAL (BRISURES)	350	400	400	350	375	300	▼
		GOMBO Dioula	600	300	400	720	600	500	▼
		GOMBO Baoulé	600	300	400	720	600	600	▼
		PIMENT	1200	800	700	325	250	600	▼
		TOMATE TYPE SALADE	1300T	1000	700	750	900	1000	■
		AUBERGINE VIOLETTE	600	350	350	500	300	500	■
		AUBERGINE N'DROWA	400	350	200	500	300	400	▼
		OIGNON BLANC	500	350	300	400	-	500	▲
		OIGNON VIOLET - NIGER-BF	400	400	300	500	250	500	▲
		CHOU	300	250	350	600	600	500	■
		COURGETTE	300	400	350	400	200	300	■
	NAVET	750	700	600	500	600	700	■	
	HARICOT VERT	700	1200	1300	1000	2000	1000	▼	
	CONCOMBRE	300	300	300	300	500	350	■	
	BANANE DOUCE	350	300	300	350	400	400	▼	
	BANANE	350	400	200	300	500	500	▼	
	ANANAS	450	300	400	500	300	500	■	
	ORANGE	300	300	250	200	200	300	■	
	AVOCAT	600	300	400	500	400	600	▼	
	CITRON	300	400	875	875	700	700	▼	
	PAPAYE	300	400	200	100	200	600	▼	
	GINGEMBRE	550	500	300	500	300	500	■	
	PRODUITS HORS SAISON	GRAINE DE PALME	200	250	250	100	125	250	▲
		IGNAME KPONAN	-	500	700	-	350	-	▲
ASSAWA		-	400	400	300	-	-	▲	
CAROTTE		900	1000	1300	1500	1500	1000	▲	
POIVRON		600	1200	1000	1500	2000	1000	■	
PRODUITS FRAIS	BOUCHERIE	VIANDE DE BŒUF SANS OS LOCAL	3000	2800	2200	2400	2400	2200	■
		VIANDE DE BŒUF AVEC OS LOCAL	2500	2400	2000	2200	2200	1600	■
		VIANDE DE MOUTON LOCAL	3700	4000	3000	3500	4000	3000	■
		POULET DE CHAIR LOCAL	2100	2500	2000	3000	3000	2000	■
		ROGNON DE BŒUFS IMPORTE	1200	-	-	-	-	-	■
		PATTES DE BŒUF IMPORTES	1000	-	-	-	-	-	■
		FOIE DE BŒUFS IMPORTE	1400	-	-	-	-	-	■
		TRIPES IMPORTES	1500	-	-	-	-	-	■
		LANGUES DE BŒUF IMPORTES	1500	-	-	-	-	-	■
		GESIERS DE POULETS IMPORTES	2500	-	-	-	-	-	■
		AILERONS DE DINDES IMPORTES	2500	-	-	-	-	-	■
		CROUPIONS DE DINDES IMPORTES	2000	-	-	-	-	-	■
		CUISSSES DE POULETS IMPORTEES	2000	-	-	-	-	-	■
		CARPE NOIRE D'AQUACULTURE	2500	-	-	-	-	-	■
		POISSONNERIE	DORADE LOCALE	2500	-	-	-	-	-
	SOSSO LOCAL		3000	-	-	-	-	-	■
	CARPE NOIRE D'EAU DOUCE LOCALE		3000	-	-	-	-	-	■
	CARPE ROUGE LOCALE		3000	-	-	-	-	-	■
	BROCHET LOCAL		2600	-	-	-	-	-	■
	CREVETTE LOCALE		4000	-	-	-	-	-	■
	MAQUEREAU IMPORTE		1200	-	-	-	-	-	■
	MACHOIRON IMPORTE		1300	-	-	-	-	-	■
	APOLLO/CHIENTCHAT		1500	-	-	-	-	-	■
	CAPITAINE IMPORTE		2500	-	-	-	-	-	■
	THON BLANC NON SALE IMPORTE		1600	-	-	-	-	-	■
	DORADE IMPORTEE		1800	-	-	-	-	-	■
	SOSSO IMPORTE	2500	-	-	-	-	-	■	
CARPE NOIRE IMPORTEE	2000	-	-	-	-	-	■		

▲ PRIX EN HAUSSE
■ PRIX STABLES
▼ PRIX À LA BAISSE

Retrouvez plus d'informations sur le site www.cnlvc.ci

Signalez tout contrevenant au **800 000 99** N°VERT GRATUIT

cnlvc
Conseil National de Régulation des Coûts Moyens des Marchés
Ensemble c'est possible !

LES PRODUITS DE SAISON

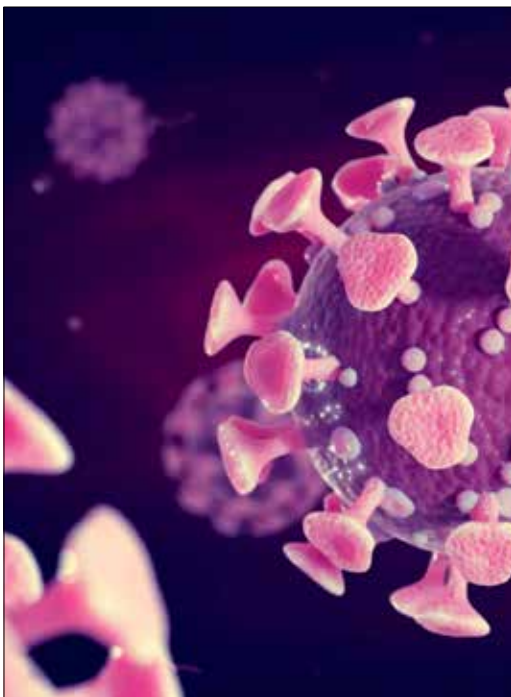


LE MIL, LA CÉREALE QUI VOUS VEUT DU BIEN

Consommé sous forme de bouillie, beignets, boisson lactée, le mil est une céréale complète très prisé en cette période de jeûne musulman. Aliment réputé « gluten free » (sans gluten), le mil est sans conteste un allié santé. Découverte des avantages nutritionnels du mil.

BON POUR FORTIFIER L'ORGANISME

La teneur en zinc du mil le rend efficace pour booster les défenses immunitaires. Le mil a également un rôle antioxydant pour lutter notamment contre le vieillissement prématuré de la peau. De même, riche en magnésium et en calcium, le mil contribue à la bonne minéralisation osseuse et à la santé dentaire. Bien pourvu en phosphore, il participe à la bonne croissance et à la régénérescence des tissus.



CONTRE LES MALFORMATIONS ET LES CANCERS

Le mil contient la teneur la plus élevée en acide folique parmi les céréales. L'acide folique est particulièrement recommandé pour les femmes enceintes. Il aide à prévenir les malformations du tube neural chez les nouveau-nés. La consommation d'acide folique est également indiquée pour réduire le risque de crises cardiaques et les cancers.

CONTRE LE DIABÈTE DE TYPE 2

La consommation de mil limite l'absorption des glucides et permet une augmentation de HDL-cholestérol (bon cholestérol) et une diminution de l'insuline qui permet de réduire les risques de diabète de type 2.



BON POUR GARDER LA LIGNE

Les fibres contenues dans le mil ralentissent la digestion et donc régulent l'appétit. En consommant régulièrement des fibres, vous aurez un meilleur contrôle de votre poids.



Saisonnalité

Quasiment toute l'année par cycle de 45 à 60 jours.

Zone de production

Zone Nord de la Côte d'Ivoire : Bouna, Boundiali, Korhogo, Sinématiali, Ferkésédougou...



La Rizière[®]



**Tous
accros à
son goût
unique !**



**GRAND PRIX
ELU PRODUIT ET SERVICE DE L'ANNEE
PAR LES CONSOMMATEURS**



La Rizière, la source du bon riz





LES DIFFERENTES TECHNIQUES DE CONSERVATION DES ALIMENTS

Au contact de l'air, de la chaleur ou de l'humidité, les aliments perdent de leur fraîcheur et pourrissent. Il est donc essentiel de procéder à une bonne conservation des produits. En effet, la conservation des aliments sert à préserver leurs qualités gustatives et nutritives ainsi que leur texture et leur couleur en empêchant le développement de bactéries, de champignons et de micro-organismes qui pourraient entraîner une intoxication alimentaire. Congélation, réfrigération, pasteurisation, mise sous vide, appertisation, salaison...il existe différents procédés. En quoi consistent les différentes techniques de conservation des aliments ? Quels sont les avantages de chaque technique ? Tour d'horizon.



Il existe un grand nombre de techniques afin de conserver les aliments plus longtemps. Quelles sont -elles et en quoi consistent-elles ?

LES TECHNIQUES DE CONSERVATION PAR LA CHALEUR

Le traitement des aliments par la chaleur est la technique la plus utilisée pour la conservation de longue durée.



LA PASTEURISATION

Elle a pour but la destruction des micro-organismes pathogènes et d'altération. La technique utilisée consiste à soumettre les aliments à une température comprise entre 85° C et 100° C pendant une durée déterminée et à les refroidir brutalement. Avantage de cette méthode : elle préserve les caractéristiques des denrées alimentaires, notamment leur saveur. Les denrées pasteurisées comportent une date limite de conservation (DLC) et sont à conserver au frais.

LA STÉRILISATION

Il s'agit d'un traitement thermique à des températures supérieures à 100° C visant à détruire toute forme microbienne, ce qui assure la stabilité à température ambiante des denrées.

LE TRAITEMENT À ULTRA HAUTE TEMPÉRATURE (UHT)

Il s'agit d'un traitement thermique à des températures supérieures à 100° C visant à détruire toute forme microbienne, ce qui assure la stabilité à température ambiante des denrées.

LE TRAITEMENT À ULTRA HAUTE TEMPÉRATURE (UHT)

Avec cette méthode de conservation, le produit (lait, par exemple) est porté à une haute température au-delà de 135° C pendant une courte période (1 à 5 secondes), puis immédiatement et très rapidement refroidi. Il est ensuite conditionné aseptiquement. Ce traitement permet une conservation longue à température ambiante.

L'APPERTISATION (CONSERVES)

Ce procédé associe deux techniques : un conditionnement dans un récipient étanche et un traitement thermique (en général la stérilisation). Les semi-conserves sont des denrées alimentaires périssables, conditionnées en récipients étanches aux liquides, et ayant subi un traitement de conservation (pasteurisation, salage, séchage, etc.) en vue d'en assurer une conservation plus limitée que les conserves.

LES TECHNIQUES DE CONSERVATION PAR LE FROID

Le froid arrête ou ralentit l'activité cellulaire, les réactions enzymatiques et le développement des micro-organismes. Il prolonge ainsi la durée de vie des denrées alimentaires en limitant leur altération. Néanmoins, les micro-organismes éventuellement présents ne sont pas détruits et peuvent reprendre leur activité dès le retour à une température favorable.



LA RÉFRIGÉRATION

Cette technique consiste à abaisser la température pour prolonger la durée de conservation des aliments. À l'état réfrigéré, les cellules des tissus animaux et végétaux restent en vie pendant un temps plus ou moins long, et les métabolismes cellulaires sont seulement ralentis. La température des aliments réfrigérés est comprise entre 0° C et + 4° C pour les denrées périssables les plus sensibles.

LA CONGÉLATION

La congélation permet d'abaisser la température d'une denrée alimentaire de façon à faire passer à l'état solide l'eau qu'elle contient. Cette cristallisation de l'eau contenue dans la denrée permet de réduire l'eau disponible pour des réactions biologiques et donc de ralentir ou d'arrêter l'activité microbienne et enzymatique.

LA SURGÉLATION

La surgélation consiste à congeler rapidement une denrée saine et en parfait état de fraîcheur, en abaissant sa température très rapidement jusqu'à moins 18° C en tous points. Grâce à ce procédé, l'eau contenue dans les cellules se cristallise finement limitant ainsi la destruction cellulaire. Les produits ainsi traités conservent leur texture, leur saveur et peuvent être conservés plus longtemps.

La déshydratation et le séchage consistent à éliminer partiellement ou totalement l'eau contenue dans l'aliment.

La lyophilisation consiste à congeler un aliment puis à le placer sous vide : l'eau passe ainsi directement de l'état solide à celui de vapeur (sublimation).

Le salage vise à soumettre la denrée alimentaire à l'action du sel soit en le répandant directement à la surface de l'aliment (salage à sec), soit en immergeant le produit dans une solution d'eau salée (saumurage).

Le saumurage consiste à plonger des aliments (charcuteries, fromages, poissons, condiments, etc.), dans une préparation composée de sel, d'eau, de divers ingrédients (aromates, sucres, etc.) et éventuellement d'additifs autorisés.



LA CÔTE D'IVOIRE PRÉSIDE LA 103ÈME SESSION DU CONSEIL DE L'ORGANISATION INTERNATIONALE DU CACAO (ICCO)



Le Conseil de l'Organisation Internationale du Cacao (ICCO) tient sa 103ème session ordinaire, du 19 au 23 Avril 2021.

L'ICCO qui est la principale organisation intergouvernementale chargée des questions du cacao depuis 1973, représente la quasi-totalité des participants de cette filière. Elle regroupe 92% des exportations mondiales de cacao et 80% des importations mondiales.

Elle rassemble 22 pays exportateurs et 29 pays importateurs de cacao.

Au cours de cette 103ème session, les délégations examineront la question de l'avenir de l'Accord International de 2010 sur le Cacao. Il s'agira pour les pays-membres, soit de réviser cet Accord en y apportant quelques amendements ou de procéder à la renégociation d'un nouvel Accord pour succéder à l'Accord International de 2010 sur le cacao.

Ensuite, le Conseil entendra une communication sur la question du revenu vital. Conformément au plan d'action stratégique de l'organisation pour l'année 2019-2024, le Conseil a décidé de conjuguer tous ses efforts en vue de faire de l'amélioration du revenu du producteur, une priorité.



REDONNER DE L'ÉCLAT AUX SEMELLES BLANCHES DE CHAUSSURES



Malgré un ou plusieurs lavages intensifs, les semelles blanches de vos chaussures n'ont toujours pas retrouvé leur éclat d'antan ? Grâce à l'astuce suivante, soyez certain(e) de retrouver des semelles résolument éclatantes.

Dans un récipient, mélangez à parts égales du bicarbonate de soude et du liquide vaisselle. Avec une brosse à dents humide et enduite de ce mélange, brossez les semelles de vos chaussures. Attendez quelques minutes avant de retirer la mousse formée.



allonsseulementcocorico



Conseil National de Lutte
contre la Vie Chère

Ensemble c'est possible !




Infoline Secrétariat Exécutif

Responsable : Dr Ranie-Didice BAH-KONE
+225 22 52 68 17

r.bah@cnlvc.ci

Localisation : 2 Plateaux, carrefour Las-Palmas

www.cnlvc.ci

 Conseil National de Lutte
contre la Vie Chère

 N° vert : 80 00 00 99

Editeur :

Ministère du Commerce
et de l'Industrie

Rédacteur en Chef :

Secrétariat Exécutif du CNLVC

Régie

: MOUSTIK SARL

Standard : +225 22 41 16 62

Email : info@moustik.ci

Localisation : 2 Plateaux vallons - Rue des Jardins

Production et distribution : **COM'ON**

Rédaction : **Oumar NDAO, Marie-Emile KABLANTCHI**