

# Temps de conservation des aliments sous-vide

---

Les durées de conservation ci-dessous sont indicatives.

Elles dépendent bien sûr :

- . du type d'aliment ;
- . de leur fraîcheur au moment de la mise sous vide ;
- . et des conditions de préparation et d'hygiène.

<b>Aliments</b>	<b>Durée de conservation normale</b>	<b>Durée de conservation sous-vide</b>
<b><u>Plats cuisinés</u></b>		
A base de viande	3 jours	8 à 10 jours
A base d'œufs, crème...	3 à 4 jours	8 à 10 jours
Aux légumes	4 à 5 jours	10 à 12 jours
Potages	5 jours	15 jours
Crudités	2 à 3 jours	10 à 15 jours
<b><u>Aliments bruts</u></b>		
Viande fraîche crue	3 à 5 jours	6 à 9 jours
Poisson frais	2 à 3 jours	4 à 5 jours
Charcuterie	4 à 6 jours	10 à 15 jours
Herbes fraîches	2 à 3 jours	10 à 15 jours