

Source AXA prévention.

Cette question en apparence simple agite la communauté scientifique depuis des années. Car non seulement les conditions de conservation ont une importance sanitaire (pour éviter le développement de salmonelles ou autres micro-organismes problématiques) mais elles influencent la qualité culinaire et gustative des œufs. Sur le plan sanitaire, la réglementation européenne est assez paradoxale : elle recommande de conserver les œufs à température ambiante pour le transport et la commercialisation... mais de les conserver au réfrigérateur après achat par le consommateur ! C'est d'ailleurs ce qui est indiqué sur les boîtes d'œufs. Deux études scientifiques apportent un éclairage sur le sujet (en termes de développement des salmonelles) : la première indique que la conservation entre 10°C et 20°C pendant 6 semaines ne favorise pas le développement de salmonelles, mais que les fluctuations de température au-dessus du seuil de 22°C peuvent provoquer la multiplication de ces bactéries en 1 à 2 semaines. La seconde montre que le stockage à 5°C empêcherait la multiplication de salmonelles. En 2013, le quotidien britannique The Daily Mail a commandé une étude scientifique sur le sujet, comparant la conservation à température ambiante à celle à 6°C, pendant 2 semaines. Aucune différence n'a été observée en termes de contamination microbienne. Sur le plan gustatif et culinaire, les chefs s'accordent à dire que la conservation à température ambiante est meilleure. En conclusion, un endroit frais (moins de 22°C) avec peu de variations de température, ou le réfrigérateur. Attention, quelques règles s'imposent pour la conservation des œufs : - ne JAMAIS laver les œufs (vous supprimeriez la pellicule protectrice) ; - évitez les fluctuations de température qui créent de la condensation sur la coquille : l'humidité favorise la pénétration d'éventuels germes dans l'œuf ; - pour éviter ces fluctuations, ne les placez pas dans la porte mais sur une étagère dans le corps du réfrigérateur ; - dans le réfrigérateur, placez-les le bout pointu vers le bas pour réduire les échanges gazeux (et donc la pénétration d'odeurs dans l'œuf).

Sources

Les conseils du Comité national pour la promotion de l'œuf

<https://lesoeufs.fr/tout-savoir/comment-bien-conserver-ses-oeufs/>

<https://www.lesoeufs.ca/oeufs101/voir/39/conservation-fraicheur-et-salubrite-des-oeufs>

La réglementation européenne sur la conservation des œufs

<https://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=OJ:L:2008:163:0006:0023:FR:PDF>

Les études scientifiques sur le sujet

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2870917/>

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4377917/>

L'étude du Daily Mail

<https://www.dailymail.co.uk/news/article-2421530/So-eggs-fridge-Scientists-crack-age-old-argument-chilled-room-temperature-best.html>