

Une des inquiétudes du survivaliste c'est la gestion et le stockage de nourriture. Nous avons vu que sur une [autonomie de 10 jours](#), le volume de denrée est déjà conséquent. Imaginez maintenant si vous souhaitez gérer 12 mois de bouffe pour une famille de 4 personnes... **Avec notre partenaire [lyophilise.fr](#) j'ai pu tester pour vous différents aliments, voici mon petit feed back...**

## EMERGENCY FOOD

Pourquoi Emergency Food? C'est le meilleur compromis entre poids, encombrement, conservation, qualité nutritionnelles et goût.



emergency food

L'une des mesures de prévoyance primordiale en cas d'urgence est la garantie de disposer de nourriture en cas de crise d'approvisionnement. Il est justement déterminant en temps de crise d'arriver à maintenir le type d'alimentation pratiqué en temps normal. Les citoyens prévoyants se constituent par conséquent un stock alimentaire d'urgence personnel. Les packs d'urgence d'Emergency Food garantissent une alimentation optimale en cas de nécessité.

**La boîte Emergency Food, ration œufs brouillés aux oignons :**

poids: 600 g  
poids cuisine: 1,5 kg  
besoin en eau: 900 ml  
portion: 5 portions de 300 g  
calories: 3558 Kcal  
durée de conservation: 10ans +

**Préparation :**

Délayer le contenu dans 900 ml d'eau froide et faire frire dans une poêle chaude. L'ajout de graisse n'est pas indispensable.

**Processus de lyophilisation**

Le séchage des denrées alimentaires est la plus vieille méthode pour conserver plus longtemps les denrées alimentaires. Les humains savent depuis des milliers d'années que les denrées alimentaires fraîchement cueillies ne pourrissent pas lorsqu'elles sont mises à sécher au soleil. Dans le temps, ces aliments séchés étaient absolument indispensables et vitaux pendant les longs mois d'hiver où l'approvisionnement en denrées alimentaires était restreint.

Plus tard on découvrit que le processus de séchage pouvait être accéléré et optimisé par la technique du chauffage supplémentaire. De nos jours, les technologies modernes offrent des méthodes innovantes et progressistes de conservation des aliments. La lyophilisation ou encore la déshydratation sous vide garantissent une conservation supérieure à tout autre type de conservation.

**Le processus de lyophilisation peut être présenté de manière simplifiée de la façon suivante:**

1. Seules les meilleures denrées alimentaires sont sélectionnées pour être lyophilisées; tout est soumis à un contrôle-qualité strict et à une surveillance officielle.
2. Les plats préparés frais ou cuits sont surgelés pour en conserver le goût de la fraîcheur, la couleur, la structure et surtout les valeurs nutritives.
3. Le produit surgelé est ensuite placé dans une chambre sous vide spéciale dans laquelle on utilise une propriété physique particulière

de l'eau. Dans la chambre sous vide, l'eau glacée passe directement de l'état solide à l'état gazeux (sublimation) et est ainsi retirée des aliments.

4. Lorsque les denrées alimentaires ressortent de la chambre sous vide, elles ont perdu 90 % de leur poids et de leur volume et sont prêtes à être emballées dans des boîtes hermétiques à l'air et à l'eau.

5. Lors du remplissage des boîtes, l'oxygène présent dans les boîtes est remplacé par de l'azote. La boîte est scellée fermement pour garantir la conservation de la qualité des mets.

6. Lorsqu'on inverse le processus en ajoutant aux aliments lyophilisés de l'eau chaude ou froide on obtient à nouveau l'état initial.

Le processus de lyophilisation garantit une conservation des aliments supérieure à n'importe quel autre mode de conservation.

### **Emballage pour le stockage longue durée**

Les pires ennemis des aliments séchés ou lyophilisés sont l'humidité et l'oxygène. La combinaison des deux entraîne par l'oxydation la modification du goût et de l'odeur des aliments. Pour un stockage longue durée, il convient par conséquent que les denrées alimentaires soient entreposées dans des conteneurs solides avec une teneur en humidité et en oxygène la plus faible possible. C'est pourquoi lors du remplissage on retire l'oxygène et on le remplace par de l'azote (79 % de l'air que nous respirons est composé d'azote). La finalité de l'emballage sous vide est d'empêcher l'oxydation de certains composants présents dans l'alimentation. Les réservoirs et conteneurs domestiques tels que les bouteilles, les récipients, boîtes en plastiques et les sachets fraîcheur ne peuvent maintenir la teneur réduite en oxygène que quelques jours et ne sont donc pas appropriés comme emballage. En revanche, les boîtes présentant une valeur résiduelle d'oxygène inférieure à 2 % maintiennent ce taux pendant deux ans. Une boîte en métal scellée offre ainsi la sécurité maximale pour un stockage longue durée.

### **Températures de stockage**

La relation entre la température de l'air et la transformation des denrées alimentaires est en principe un processus chimique qui n'entre pas seulement en ligne de compte pour les aliments séchés ou lyophilisés. Plus la température est basse, plus la réaction chimique est faible et donc également la modification de l'aliment. Il est idéal de stocker les aliments lyophilisés dans un endroit frais et sec, à température ambiante ou inférieure. Les emplacements de stockage présentant des températures supérieures à 30 degrés, comme les combles, sont à éviter car le goût et aussi certaines valeurs nutritives sensibles à la

chaleur risquent de se transformer plus rapidement. Il est également déconseillé de stocker les produits dans des locaux soumis constamment à d'importantes variations de températures.

(source)

## AVIS de Mat



œufs

brouillés aux oignons

D'abord l'emballage, simple et discret, clair et sans fioriture, on n'est pas dans une surenchère de photos prometteuses mais sur un produit utile et sincère. C'est une boîte de conserve de 18 cm de haut par 10 cm de diamètre. En plus de l'opercule à ouverture facile traditionnelle, vous avez un couvercle plastique qui permet de conserver la boîte quelques jours après ouverture, pour éviter de manger 1,5 kg d'œufs brouillés en une fois. Quand on ouvre le produit se présente sous la forme d'une poudre lyophilisée, il ne reste plus qu'à le cuisiner. et pour ça, une poêle suffit!

Ça peut paraître très peu engageant comme ça mais c'est étonnamment bon. Bien sûr, ce n'est pas de la grande cuisine et si on peut faire autrement (aller au resto par exemple) c'est

bien mais franchement c'est digne d'une tambouille d'étudiant. C'est très pratique à cuisiner et à préparer, c'est rapide. La recette œuf brouillé m'a donné envie de tester d'autre produit de la gamme. Comme précisé plus haut, le rapport poids, encombrement, conservation, qualité nutritionnelles et goût est vraiment très bon. Je vous recommande de vous procurer ce produit, il sera très utile un jour ou l'autre!

Pour commander **La boîte Emergency Food, ration œufs brouillés aux oignons** rdv sur [Lyophilise.fr](https://lyophilise.fr) -10% avec le code **LYOPANIC10**