



GUIDE PRODUITS FRAIS

TU B'SHVAT
2022

ט"ו בשבט תשפ"ב



TU B'SHVAT 2022

® Canada's Kosher Certifier

Toll Free: 1.866.739.6363

Fax: 514.739.7024

info@mk.ca

www.mk.ca

TABLE DES MATIÈRES

02 NOIX

06 LÉGUMES

16 FRUITS SECS

26 FRUITS FRAIS





Règle générale: Si vous tombez sur des noix qui semblent pleines de trous, utilisez un objet qui vous aidera à détecter la présence d'insectes.



NOIX



Amandes | Rôties à sec

Certification cachère fiable requise.



Amandes | Crues

Aucune certification nécessaire.



Noix de cajou | Rôties

Certification cachère fiable requise.

Ouvrez-en quelques-uns et vérifiez-les.



Noix de cajou | Crues

Aucune certification nécessaire.

Ouvrez-en quelques-uns et vérifiez-les.



Arachides | Rôties et décortiqués

Certification cachère fiable requise.



Pistaches | Rôties

Certification cachère fiable requise.



Pistaches | Crues

Aucune certification nécessaire.



Graines de tournesol | Rôties

Certification cachère fiable requise.



Graines de tournesol | Crues

Aucune certification nécessaire.



Noix de Grenoble | Crues

Aucune certification nécessaire.

Ouvrez-en quelques-unes pour les vérifier.





LÉGUMES



Artichauts | Fonds

Laver avant utilisation. Assurez-vous qu'aucune feuille n'est attachée.



Artichauts | Cœurs

Frais, surgelés, en conserve – les cœurs d'artichauts sont interdits, même s'ils comportent un label de kashrouth.



Asperges | Vertes

Peuvent être utilisées à condition que le fleuron entier soit coupé, que les côtés soient bien épluchés et que toutes les feuilles soient enlevées. S'assurer que toutes les feuilles ont été coupées et que l'asperge est totalement lisse. Bien rincer avant de consommer.



Asperges | Blanches

Peuvent être utilisées telles quelles.



Broccoli | Frais

Seules les tiges de brocoli frais peuvent être utilisées. Elles doivent être lavées avec une brosse sous l'eau courante.



Bok Choy

À ce moment, nous ne recommandons pas la consommation du Bok Choy.



Choux de Bruxelles

Les choux de Bruxelles sont interdits, car il est très difficile d'inspecter chacune de leurs feuilles.



Chou | Rouge ou blanc

Le chou peut être préparé selon une des méthodes suivantes:

Mettre le chou au congélateur pendant 48 heures. Décongeler le chou et laver chaque feuille sous l'eau courante (à jet puissant), en s'assurant que l'eau atteint chaque partie du chou, y compris les plis et les fentes. À ce stade, le chou peut être consommé. (Cette méthode n'est valable que pour un chou destiné à la cuisson et non aux salades).

OU

Les quatre feuilles extérieures du chou doivent être enlevées puis jetées à la poubelle. Couper le chou en quarts et séparer toutes les feuilles. Mettre le chou dans un litre d'eau mélangé à une cuillère à soupe de savon liquide. Bien remuer cette solution.

Laisser le chou dans la solution pendant cinq minutes. Frotter avec une éponge les deux côtés de chaque feuille, puis rincer. Bien secouer l'eau restante et sécher. Chaque feuille doit être inspectée pour s'assurer qu'elle ne contient pas d'insectes.



Chou-fleur

Le chou-fleur frais ne doit pas être utilisé.



Céleri

Toutes les feuilles du céleri, y compris celles qui se trouvent sur le cœur, doivent être coupées. On nettoiera le céleri avec une brosse à légumes, sous un jet puissant d'eau courante ; les deux côtés doivent être brossés pour s'assurer qu'ils ne contiennent pas d'insectes.



Chicorée

Ne peut être utilisée.



Aneth

L'aneth frais ne peut être utilisé. Si toutefois on désire un goût d'aneth, on mettra celui-ci dans un tissu dont les fils sont très serrés, puis on attachera bien le tissu et on cuira ainsi l'aneth. Après la cuisson, l'aneth doit être jeté à la poubelle.



Endives

Chaque feuille doit être bien lavée sous l'eau courante. Ne pas confondre ce légume avec les endives frisées connues sous le nom de 'chicorée'.



Fleurs comestibles

Ne doivent pas être utilisées.



Fenouil (Anise)

Coupez le haut du bulbe. Préparez une solution de 2 c. à soupe de savon pour 1 litre d'eau et mélangez-la bien. Placez les morceaux de fenouil dans la solution et laissez tremper pendant cinq minutes. Épongez chaque côté des morceaux de fenouil puis rincez. Enlevez l'excès d'eau et mettez à sécher.



Ail

Doit être épluché et rincé avant son utilisation. Lorsqu'il est épluché ou préparé pour le lendemain, ajouter un peu de sel, d'huile, de sucre ou de vinaigre.



Chou frisé

Ne peut être utilisé.



Poireau

Couper la racine à quelques centimètres du bas. Les feuilles vertes en haut doivent être coupées. Ensuite, on coupe le poireau en deux, dans le sens de la longueur, et on sépare les feuilles ; chaque feuille doit être lavée et inspectée. Si l'on souhaite utiliser les feuilles vertes pour une décoration, pour attacher des aliments etc., ces feuilles doivent être séparées, lavées des deux côtés, puis brossées. À ce stade, on pourra les utiliser.



Laitue

Seules les laitues Iceberg et Boston sont autorisées. Elles doivent être préparées selon une des méthodes suivantes :

Les quatre feuilles extérieures de la laitue doivent être enlevées puis jetées à la poubelle. Couper la laitue en quarts et séparer toutes les feuilles. Mélanger 1 litre d'eau à une cuillère à soupe de savon, puis bien remuer. Mettre la laitue dans cette solution et laisser reposer pendant cinq minutes. Frotter les deux côtés de chaque feuille avec une éponge, puis rincer. Secouer l'eau restante, et sécher.



Mesclun

Ne peut être utilisé.



Menthe | Fraîche

Si l'on a besoin de menthe pour faire du thé, seules les feuilles de menthe peuvent être cuites. L'essence des feuilles doit être versée dans un filtre, et l'on ne pourra consommer que cette essence (et non les feuilles).

OR

Mettre la menthe dans un tissu dont les fils sont très serrés, bien attacher ce tissu puis le placer dans l'eau chaude. Ensuite, jeter ce sac de menthe à la poubelle.



Champignons de Paris

Doivent être bien rincés.



Champignons Portobello

Ces champignons contiennent souvent des insectes dans l'éventail situé au-dessous de la partie supérieure. Il est recommandé d'enlever cette substance qui ressemble à un éventail, puis de rincer les champignons sous un jet puissant d'eau courante.



Champignons en forme d'huitres

Ces champignons sont très infestés. Il convient donc de ne pas les consommer.



Champignons shiitake

Les champignons shiitake contiennent souvent des insectes dans l'éventail situé au-dessous de la partie supérieure. Il est recommandé d'enlever cette substance qui ressemble à un éventail, puis de rincer les champignons sous un jet puissant d'eau courante.



Oignons

Il faut peler, enlever la couche supérieure et bien laver l'oignon. Lorsque les oignons sont préparés pour la journée suivante, ajoutez une petite quantité de sel, d'huile, de sucre ou de vinaigre par-dessus.



Origan

Ne doit pas être utilisé.



Persil

Ne doit pas être utilisé. Si l'on souhaite ajouter un goût de persil, on mettra le persil dans un tissu dont les fils sont très serrés, on attachera bien ce tissu et on le mettra dans l'eau chaude. Ensuite, on jettera le sac de persil à la poubelle.



Poivrons

On doit couper et ouvrir les poivrons rouges et verts. On les inspectera rapidement pour s'assurer qu'ils sont dépourvus d'insectes.



Cornichons | À l'aneth

Les cornichons à l'aneth nécessitent une certification cachère fiable. Les cornichons à l'herbe d'aneth doivent être lavés avant d'être utilisés. Les cornichons à base de graines d'aneth peuvent être utilisés tels quels.



Trévis

Doit être bien lavée des deux côtés, feuille par feuille, après quoi on pourra la consommer.



Oignons verts

Seule la partie blanche est autorisée.



Épinards

Ne peuvent être utilisés.



Germe

Bien rincer avec de l'eau, puisqu'ils sont généralement propres. Inspecter trois graines brunes. Lorsque celles-ci ne contiennent pas d'insectes, le reste peut être utilisé.



Feuilles de vigne

Doivent être mises dans une solution d'eau savonneuse, frottées avec une éponge des deux côtés, puis rincées.





Lorsqu'on doit inspecter un fruit, il faut l'ouvrir puis vérifier qu'il ne contient pas d'insectes.



FRUITS SECS



Pommes

Nécessitent un label de kashrouth fiable.



Abricots | Domestiques, non aromatisés

Hechsher fiable requis.



Abricots | Turques

Hechsher fiable requis.

Ouvrez-en quelques-uns et vérifiez-les.



Tranches de banane fines

Hechsher fiable requis.



Bleuets | Sauvages

Hechsher fiable requis.

Vérifier qu'ils ne contiennent pas d'insectes.



Bleuets

Hechsher fiable requis.

Vérifier qu'ils ne contiennent pas d'insectes.



Caroubes | Buxer

Aucun label de kashrout n'est requis.

Vérifier qu'ils ne contiennent pas d'insectes.



Cerises

Hechsher fiable requis.



Noix de coco | Non sucrées et grillées uniquement

Aucun label de kashrout n'est requis.



Noix de coco | Sucrée

Hechsher fiable requis.



Craisins

Hechsher fiable requis.



Groseilles

Hechsher fiable requis.



Dattes | Enduites

Hechsher fiable requis.

Vérifier qu'ils ne contiennent pas d'insectes.



Dattes | Tunisiennes

Tunisiennes dans un emballage destiné à la vente au détail.



Dattes | Entières (non enduites)

Aucun label de kashrout n'est requis.

Vérifier qu'ils ne contiennent pas d'insectes.



Figues | Tranchées et coupées en dés

Très difficile à vérifier et il est préférable de ne pas consommer.



Figues | Entières

Très difficile à vérifier et il est préférable de ne pas consommer.



Gingembre

Aucun label de kashrout n'est requis.



Baies de Goji

Non recommandé.



Kiwis

Hechsher fiable requis.



Mangues

Hechsher fiable requis.



Nectarines

Hechsher fiable requis.



Papayes

Hechsher fiable requis.



Pêches

Hechsher fiable requis.



Poires

Hechsher fiable requis.



Ananas

Hechsher fiable requis.



Pruneaux

Hechsher fiable requis.



Raisins secs

Certification cachère requise.



Framboises

Non recommandé.



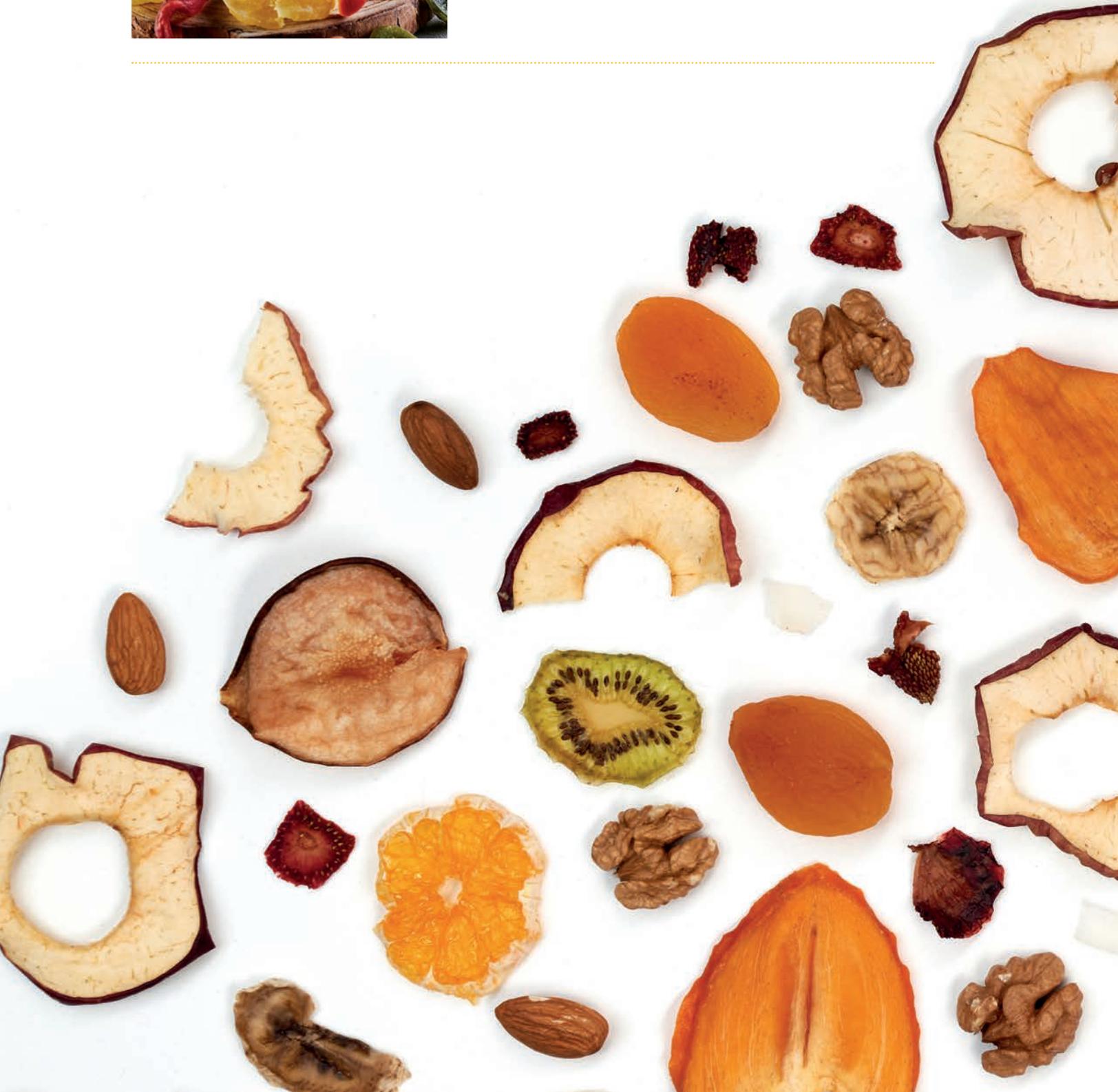
Fraises

Hechsher fiable requis.



Fruits enrobés de sucre

Hechsher fiable requis.





DES QUESTIONS?

Courriel : info@mk.ca

Textez au 438.800.3379



Chaque fruit doit être lavé et coupé au milieu avant qu'on ne puisse le consommer.



FRUITS FRAIS



Mûres

Généralement infestées et trop difficiles à inspecter. De plus, elles sont extrêmement fragiles et ne peuvent donc pas être lavées convenablement. On s'abstiendra de les consommer.



Bleuets

Bien rincer sous l'eau courante.



Raisins

Bien rincer sous l'eau courante.



Framboises

Généralement infestées et trop difficiles à inspecter. De plus, elles sont extrêmement fragiles et ne peuvent donc pas être lavées convenablement. On s'abstiendra de les consommer.



Fraises

Généralement infestées et trop difficiles à nettoyer et vérifier. Il n'est pas recommandé de les consommer pour le moment.

Ananas

PARTIES PROBLÉMATIQUES

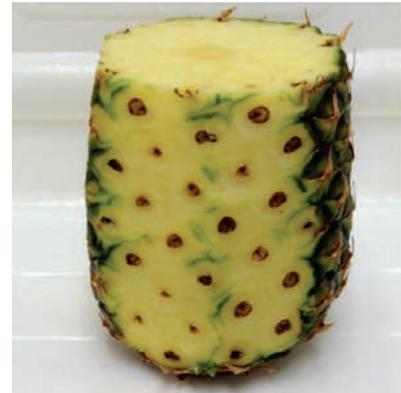
Les ananas provenant de divers pays contiennent souvent des insectes. Les trois parties problématiques sont :



1 La couronne de feuilles.



2 L'extérieur de l'écorce.



3 Les « yeux » de la chair (qui s'étendent de la peau au fruit lui-même).

DIRECTIVES FACILES



1

Le fruit peut être consommé facilement en suivant les directives ci-dessous :

1. Lors de l'épluchage, assurez-vous qu'il ne reste rien des « yeux » bruns (voir les photos ci-dessous). Les noyaux bruns et autres trous naturels de l'ananas ne sont pas préoccupants.
2. Rincez le fruit et la planche à découper avant de couper l'ananas épluché.
3. Les feuilles utilisées pour la décoration doivent être soigneusement brossées et rincées. (Seules les feuilles individuelles peuvent être utilisées pour la décoration.)
4. Les pelures d'ananas ne devraient en aucune manière être réutilisées.

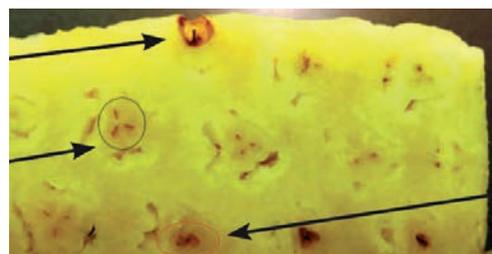


1

LES PARTIES SUIVANTES SONT À ENLEVER

L'œil entier

Les trois points bruns en dessous l'œil



Le bout de l'œil



Jewish Community
Council of Montreal
Conseil de la Communauté
Juive de Montréal

NOS SERVICES



SERVICES DE CACHEROUTE



GITTIN (DIVORCE JUIF)



BETH DIN



CONVERSION



DINEI TORAH



ÉTHIQUE MÉDICALE

DOCUMENTS HALACHIQUES

TRADUCTION

DOCUMENTS DE MARIAGE

HÉRITAGE

ATTESTATION DE DESCENDANCE JUIVE

REPRÉSENTATION



