

Préparer des rillettes de poulet maison sans risque pour bébé

Hygiène et préparation du matériel

- Lavez-vous soigneusement les mains à l'eau chaude savonneuse avant de préparer les aliments et après chaque manipulation de viande crue.
- Utilisez exclusivement des ustensiles, planches à découper et récipients parfaitement propres, lavés à l'eau chaude savonneuse puis rincés.
- Stérilisez vos bocaux en les chauffant à 120°C pendant 15 minutes avant toute utilisation.
- Faites bouillir les joints des bocaux pendant 2 minutes et laissez-les sécher complètement avant de les installer pour assurer une fermeture hermétique.

Cuisson sécurisée du poulet

- Assurez-vous que la température interne du poulet atteint au moins 74°C à cœur pour éliminer les bactéries comme Salmonella et Listeria monocytogenes.
- Maintenez la cuisson à un mijotage doux pendant au moins 2 heures pour obtenir une viande tendre et parfaitement cuite.
- Éfilochez la viande cuite en petites fibres pour obtenir la texture caractéristique des rillettes tout en conservant la mâche.

Conservation et sécurité alimentaire

- Refroidissez rapidement la préparation en la plaçant dans un récipient peu profond avant de la mettre au réfrigérateur.
- Ajoutez une couche de graisse de canard ou d'oie solidifiée sur la surface pour créer un sceau hermétique protégeant de l'oxydation.
- Stérilisez les bocaux remplis pendant 1 heure à l'eau bouillante, en veillant à ce que l'eau dépasse le niveau des bocaux.
- Laissez reposer les rillettes au minimum 24 heures au réfrigérateur avant consommation pour permettre aux arômes de s'harmoniser.
- Consommez les rillettes dans les 48 heures maximum après la préparation.
- Maintenez une température de stockage inférieure à 4°C et vérifiez régulièrement l'intégrité de l'emballage.
- Ne recongelez jamais une préparation qui a déjà été décongelée pour éviter toute prolifération bactérienne.