

Liste des allergènes alimentaires

Un allergène est une substance qui déclenche l'allergie, ensemble de réactions du système immunitaire de l'organisme à la suite d'un contact, d'une ingestion, voire d'une inhalation dans le cas d'un allergène alimentaire.

Un consommateur souffrant d'une allergie alimentaire reconnue doit éviter de consommer des aliments contenant la substance susceptible de lui occasionner des troubles plus ou moins graves.

La fréquence des allergies alimentaires et leurs conséquences sur la santé ont amené les pouvoirs publics à instaurer des mesures d'information du consommateur. Tout produit contenant des allergènes fait l'objet d'un étiquetage obligatoire.

La liste des allergènes, périodiquement révisée en fonction des évaluations scientifiques est actuellement la suivante :

- Céréales contenant du gluten (blé, seigle, orge, avoine, épeautre, kamut ou leurs souches hybridées) et produits à base de ces céréales. Sirops de glucose à base de blé, y compris le dextrose. Maltodextrines à base de blé. Sirops de glucose à base d'orge. Céréales utilisées pour la fabrication de distillats ou d'alcool éthylique d'origine agricole pour les boissons spiritueuses et d'autres boissons alcooliques.
- Crustacés et produits à base de crustacés.
- Œufs et produits à base d'œufs.
- Poissons et produits à base de poissons. Gélatine de poisson utilisée comme support pour les préparations de vitamines ou de caroténoïdes ou ichtyocolle utilisée comme agent de clarification dans la bière et le vin.
- Arachide et produits à base d'arachide.
- Soja et produits à base de soja. Huile et graisse de soja entièrement raffinées. Tocophérols mixtes naturels. Phytostérols et esters de phytostérol dérivés d'huiles végétales de soja. Ester de stanol végétal produit à partir de stérols dérivés d'huiles végétales de soja.
- Lait et produits à base de lait (y compris de lactose). Lactosérum utilisé pour la fabrication de distillats alcooliques, y compris d'alcool éthylique d'origine agricole. Lactitol.
- Fruits à coques (amandes, noisettes, noix, noix de : cajou, pécan, macadamia, du Brésil, du Queensland, pistaches) et produits à base de ces fruits. Fruits à coques utilisés pour la fabrication de distillats alcooliques, y compris d'alcool éthylique d'origine agricole.
- Céleri et produits à base de céleri.
- Moutarde et produits à base de moutarde.

- Graines de sésame et produits à base de graines de sésame.
- Anhydride sulfureux et sulfites en concentration de plus de 10mg/kg ou 10 mg/l (exprimés en SO₂).
- Lupin et produits à base de lupin.
- Mollusques et produits à base de mollusques.

L'étiquetage des ingrédients allergènes

L'ingrédient doit figurer sur l'étiquetage dans la liste des ingrédients de la denrée par une référence claire au nom de l'allergène. Par exemple, si la recette d'une denrée met en œuvre de la lécithine issue de soja en tant qu'émulsifiant, celle-ci devra être mentionnée en tant que telle dans la liste des ingrédients : "émulsifiant : lécithine de soja", et non "émulsifiant : lécithine" ou "émulsifiant : E322".

Le règlement n°1169/2011 concernant l'information du consommateur sur les denrées alimentaires, dit INCO, d'application obligatoire depuis le 13 décembre 2014, prévoit que, pour les produits préemballés, la présence d'allergènes doit figurer sur la liste des ingrédients et être mise en exergue. Ainsi, l'allergène pourra être inscrit en gras, en italique ou souligné. Pour les produits dispensés de liste des allergènes, l'étiquette doit porter la mention «Contient» suivi du nom de l'allergène.

Pour les produits non préemballés, le décret n°2015-447 du 17 avril 2015 rappelle que l'indication de la présence d'allergènes se fait obligatoirement par écrit, à proximité du produit concerné, de façon à ce qu'il n'existe aucun doute pour le consommateur.

Dans le cadre de la restauration collective, si un dispositif permet à un consommateur allergique de signaler son refus de consommer un allergène, cet affichage n'est pas obligatoire.