

Fiche pratique :

Communiquer correctement sur les allergènes

Un allergène est une substance qui déclenche ou favorise une réaction allergique ou une intolérance chez une personne. Dans le cas d'une allergie, c'est le système immunitaire qui considère le composé comme étant nocif, pour les intolérances, c'est une incapacité du corps à digérer un type d'aliment. Dans les deux cas, le corps réagit et se défend contre ces composés.

Les personnes souffrant d'allergie ou d'intolérance peuvent déclencher des symptômes suivants : éruption cutanée, démangeaisons, gonflement et picotement des lèvres et de la bouche, vertiges, nausées, vomissements, diarrhée, troubles respiratoires, choc anaphylactique.

Attention, une quantité minimale d'une substance allergène suffit à provoquer une grave réaction allergique. Il est donc primordial et obligatoire d'informer le consommateur sur la composition des menus et d'éviter tout risque de contamination croisée lors de la conservation et la préparation d'aliments exempts d'allergènes.

Règlementation

Depuis le 13 décembre 2014, il est obligatoire de mentionner sur l'étiquette les allergènes présents dans les produits pré-emballés. Pour les denrées alimentaires non-emballées, le consommateur doit également être informé de la présence d'allergènes et cela concerne donc également les repas servi en collectivité.

La règle est simple : à la demande du consommateur, l'information concernant les allergènes doit être disponible immédiatement. Elle peut être donnée par écrit ou oralement en suivant certaines conditions.

Information écrite

Une déclaration écrite doit renseigner le consommateur sur les allergènes présents dans les denrées alimentaires proposées. Les allergènes doivent clairement être identifiables et mis en évidence pour les distinguer des autres ingrédients.

Information orale

Si l'information est donnée oralement, un panneau doit indiquer comment le consommateur peut obtenir les renseignements (via une personne de référence, par exemple). L'information doit être disponible immédiatement à la demande.

Une procédure écrite doit être travaillée en interne afin de garantir la bonne information du consommateur et doit être ajoutée au système d'autocontrôle de la cuisine.

Pour finir, le personnel doit être suffisamment formé sur la problématique et sur les procédures mise en place au sein de l'établissement afin de répondre correctement au consommateur.

Dans les deux cas

L'information doit être clairement identifiable, lisible et fournie directement là où les produits sont distribués.

De plus, la phrase « *La composition des produits peut changer d'une fois à l'autre.* » doit être indiquée dans le but d'encourager le consommateur à vérifier systématiquement l'information.

Quels sont les 14 allergènes à mentionner ?

	Allergènes	Exemples de produits et de préparations contenant l'allergène
1.	Les céréales contenant du gluten, à savoir : blé (comme épeautre et blé de Khorasan), seigle, orge, avoine ou leurs souches hybridées	<i>Froment, orge, épeautre, seigle, avoine et préparations à base de farine telles que pains, pâtes, pâtisseries, sauces liées, ...</i>
2.	Les crustacés	<i>Crevettes, scampis, crabes, surimis, bouillon de poisson, paëlla ...</i>
3.	Les œufs	<i>Mayonnaise, purée de pommes de terre, pâtes, quiches, crêpes, pâtisseries, sauces, certaines préparations de viande...</i>
4.	Les poissons	<i>Soupes, sauce, paëlla...</i>
5.	Les arachides (cacahuètes)	<i>Huile d'arachide, sauces, pains, desserts, biscuits, loempias...</i>
6.	Le soja	<i>Huile de soja, pains, biscuits, confiseries, farine de soja, desserts, sauces, préparation de viande...</i>
7.	Le lait et les produits laitiers (y compris le lactose)	<i>Purée de pommes de terre, pains et pâtisseries, chocolat, yaourts, crèmes, puddings, préparations glacées, sauces, fromages, beurre, lait en poudre, certaines charcuteries...</i>
8.	Les fruits à coque, à savoir : amandes, noisettes, noix, noix de cajou, noix de pécan, noix du Brésil, pistaches, noix de Macadamia ou du Queensland	<i>noisettes, noix, amandes... (les diverses variétés de noix)</i>
9.	Le céleri	<i>Salade, bouillon, soupe...</i>
10.	La moutarde	<i>sauces pour salade, mayonnaise, préparation de viande, fromage ...</i>

11.	Les graines de sésame	<i>huile de sésame, biscuits ou bouchées apéritives, pain hamburger, céréales...</i>
12.	Les sulfites (sauf si sa quantité minimale est de 10mg/kg ou 10 ml/litre)	<i>vin, vinaigre, bières, fruits séchés, moutarde, crevettes, pommes de terre pelées et transformées...</i>
13.	Le lupin	<i>farine de lupin, biscuits (ex. : spéculoos), céréales petit déjeuner, pains, bouchées apéritives...</i>
14.	Les mollusques	<i>moules, paëlla, plats de fruits de mer...</i>

Où trouver les informations sur les allergènes ?

- En consultant ses fournisseurs,
- En conservant les étiquettes des produits achetés (tous produits pré-emballés doivent porter une étiquette mentionnant les ingrédients et allergènes présents),
- En consultant régulièrement le site de l'AFSCA pour savoir s'il y a des rappels de denrées alimentaires suite à un mauvais étiquetage des allergènes.

Outils (en annexe)

- Affiche générale – info orale
- Affiche composition – info écrite