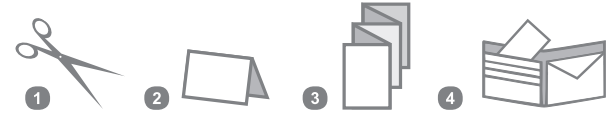


Repérer les pseudos

MODE D'EMPLOI : ÉTAPE 1 : DÉCOUPER EN SUIVANT LA LIGNE POINTILLÉE. ÉTAPE 2 : PLIER EN DEUX DANS LE SENS DE LA LONGUEUR. ÉTAPE 3 : PLIER EN ACCORDÉON. ÉTAPE 4 : GLISSER LE GUIDE DANS VOTRE PORTEFEUILLE!



REPÉRER LES PSEUDOS

Un œuf qui ne s'appelle pas un œuf... peut prêter à confusion !

Vérifiez bien les différentes appellations des allergènes les plus répandus*.



MAÏS

alpha D-glucose, dextrose, fécule de maïs, fructose cristallin, glucose, glucose cristallin, lécithine (de maïs), maltodextrine, sirop de glucose, sirop de glucose à haute teneur en fructose, sirop de glucose déshydraté, sirop de maïs

ŒUFS

albumine, conalbumine, globuline, lécithine (d'œuf), livétine, lysozyme, meringue, ovalbumine, ovomacroglobuline, ovomucine, ovomucoïde, ovotransferrine, ovovitelline, silico-albuminate, Simplese^{MD}, succédanés d'œuf, vitelline

POISSON ET FRUITS DE MER

achigan, anchois, anguille, bigorneau (bourgot), brochet, calmar, carpe, conque, coque, crabe, crevettes, doré jaune (doré commun), écrevisse, éperlan, espadon, flétan, goberge, hareng, homard, hoplostète orange, mahi-mahi, maquereau, morue, moules, mye, omble, oursin, pétoncles, pieuvre, poisson-chat, poisson maigre, requin, sardine, saumon, sébaste, tassergal (poisson bleu), tilapia (saint-pierre), thon (albacore, germon [blanc], bonite), truite, vivaneau, voilier (makaire)

LAIT

caséinate, caséinate d'ammonium, caséinate de calcium, caséinate de magnésium, caséinate de potassium, caséinate de sodium, caséine, caséine hydrolysée, concentré de protéines de petit lait, crème sure, lactalbumine, lactate, lactoferrine, lactoglobuline, lactose, lait caillé, lait en poudre, OptaMC, petit lait, présure, protéines de lait hydrolysées, solides de lait sur, substances laitières modifiées

* REMARQUE :

cette liste ne doit pas être considérée comme une liste exhaustive et finale regroupant tous vos allergènes et leurs différentes appellations – pour obtenir une liste complète, parlez-en à votre médecin.

SantéChezNous

© MediResource Inc.

REPÉRER LES PSEUDOS : Un œuf qui ne s'appelle pas un œuf... peut prêter à confusion ! Vérifiez bien les différentes appellations des allergènes les plus répandus*.

ARACHIDES

type Valencia, cacahouète, cacahouète, cacahouète, aromatissant, graine de benl, graine de gerçelin, (noix écalées), huile d'arachides, mani, noix broyées, noix d'accompagnement, noix de mandelona, Nu-Nuts^{MC}, pistaches

SÈSAME, GRAINES DE SÈSAME

aromatissant, graine de benl, graine de gerçelin, (noix écalées), huile d'arachides, mani, noix broyées, noix d'accompagnement, noix de mandelona, Nu-Nuts^{MC}, pistaches

SOJA/SOYA

diglycérique, edamame, farine de soja texturée, fromage de soja, germes de soja, kinako, kouridofu, lécithine (de soja), miso, monoglycérique, nato, okara, protéine de soja (isolée/concentrée), protéine de soja texturée, protéine végétale, protéine végétale texturée, soja, soja, tempé, tofu, yuba

SULFITES

acide sulfureux, agent de sulfitage, bisulfite de calcium, bisulfite de potassium, bisulfite de sodium, dioxyde de sodium, macadamia, pacanes, Brésil, noix grenoble, noix du pignons et pistaches, calisson, cerneaux (noix écalées), massépain, noix d'anacarde, noix de mandelona, noix du Queensland (macadamia), Nu-Nuts^{MC}, pâte d'amandes, pignon/pigne/pignole

NOIX

acide sulfureux, agent de sulfitage, bisulfite de calcium, bisulfite de potassium, bisulfite de sodium, dioxyde de sodium, macadamia, pacanes, Brésil, noix grenoble, noix du pignons et pistaches, calisson, cerneaux (noix écalées), massépain, noix d'anacarde, noix de mandelona, noix du Queensland (macadamia), Nu-Nuts^{MC}, pâte d'amandes, pignon/pigne/pignole

BLÉ

blé amidon de blé, atta, blé amidonier, blé dur, blé Einkorn, boulghour, bulgur, couscous, durum, engrain, épautre (blé farro), farina (semoule de blé tendre), farine de blé enrichie/blanche/complete (de blé écalées), massépain, calisson, cerneaux (noix écalées), massépain, noix d'anacarde, noix de mandelona, noix du Queensland (macadamia), Nu-Nuts^{MC}, pâte d'amandes, pignon/pigne/pignole