



REGIME D'EVICION DES FRUITS A COQUES

BIEN LIRE la composition sur chaque paquet acheté, la composition pouvant varier d'un paquet à l'autre au gré du fabricant

L'ensemble des fruits à coques regroupe : **amandes, noisettes, noix, noix de cajou, noix de Pécan, noix du Brésil, noix de Macadamia, noix du Queensland, pistaches**, (Allergènes à déclaration obligatoire), noix de Nangail, pignon, châtaigne,

Ce régime est presque toujours associé à un régime d'éviction à l'arachide, en raison de fréquentes réactions croisées et du risque de contamination sur les chaînes de fabrication et de conditionnement des produits alimentaires.

En l'absence d'allergie à l'arachide, il peut être prescrit de façon isolée.

Les aliments suivants contiennent ou peuvent contenir des fruits à coques

- Laits et produits laitiers : crèmes dessert praliné et aux marrons, fromages aux noix
- Lait d'amande, lait de châtaigne
- Charcuteries : saucissons, saucisses, pâtés, mortadelles (pistache)
- Pains spéciaux
- Céréales pour petit déjeuner, muesli
- Barres de céréales et barres chocolatées contenant des amandes et noisettes, chocolat aux noisettes, amandes..., chocolat praliné
- Eclats de noisettes et d'amandes sur les enrobages de glaces
- Nougats, pralines, dragées et chocolats aux noisettes, amandes, noix...
- Pâtes à tartiner de type Nutella ®.
- Les gâteaux à la frangipane, au pralin, avec des décors de pâte d'amandes.
- Mélanges pour salades avec des noix.
- La crème de marron, biscuits à la farine de châtaigne
- **Certains fruits à coques peuvent entrer dans la composition de plats cuisinés et sauces : plats asiatiques, tajines, taboulés, sauces au pesto, sauces tomates italiennes,...**
- Huiles de noix, de noisettes,
- Apéritif à base d'amande (Marsala)

Attention aux produits de soins dermatologiques et cosmétiques qui peuvent contenir des huiles ou des protéines de fruits à coques.

La Législation Européenne applicable au 25 novembre 2005 ne concerne pas **l'étiquetage de précaution** (mentions : traces éventuelles, est fabriqué dans un atelier qui utilise, peut contenir des traces de...). Ces mentions sont des démarches volontaires des industriels dans le but d'informer le consommateur du risque éventuel de la présence de l'allergène.

P. SERGEANT - G. KANNY - D.A. MONERET VAUTRIN Novembre 2005