



- LIVRET À DESTINATION DES PROFESSIONNELS -

Introduction



La CNCT a conçu ce livret pédagogique pour mettre entre les mains de tous les artisans Charcutiers Traiteurs de France et leurs collaborateurs, un moyen simple de s'informer, se former, comprendre et répondre aux nouvelles exigences de communication sur les allergènes.

A cette fin, ce livret indique la liste des allergènes à déclaration obligatoire et des denrées dans lesquelles ils sont présents, les bonnes pratiques d'hygiène liées à leur manipulation, la réglementation concernant l'étiquetage et l'indication des allergènes au client. Il contient aussi des conseils concrets de mise en pratique.

Ce livret ne saurait à lui seul donner les moyens à chaque professionnel de maîtriser complètement ce sujet. Il est vivement recommandé qu'au moins un professionnel de l'entreprise suive **un des stages proposés par le CEPROC portant sur la détection et la gestion des allergènes en fabrication charcutière artisanale et activité traiteur de réception.**

Cette formation vous permettra notamment de mettre en pratique vos connaissances au travers de cas concrets et travaux de groupes, et de remplir les tableaux d'information concernant la composition de vos produits que vous n'aurez plus qu'à mettre à la disposition de votre clientèle.

Une affiche a également été réalisée pour vous permettre d'informer le client. Elle est à apposer de manière bien visible sur le lieu de vente, afin que le client qui entre dans la boutique sache qu'un guide allergène est tenu à sa disposition sans qu'il ait besoin de le demander. Des affiches supplémentaires peuvent être téléchargées sur le site www.charcutiers-traiteurs.com.

Sommaire

I. Les allergies alimentaires

p.4

II. Bien identifier les allergènes

p.6

- | | |
|---------------------------|------|
| 1. Le Gluten | p.8 |
| 2. Les Crustacés | p.9 |
| 3. Les Mollusques | p.9 |
| 4. Les Oeufs | p.10 |
| 5. Les Poissons | p.11 |
| 6. Les Arachides | p.12 |
| 7. Le Soja | p.13 |
| 8. Le Lait | p.14 |
| 9. Les Fruits à Coques | p.15 |
| 10. Le Céleri | p.16 |
| 11. La Moutarde | p.17 |
| 12. Les Graines de Sésame | p.18 |
| 13. Le Lupin | p.18 |
| 14. Les Sulfités | p.19 |

III. Allergènes et respect des Bonnes Pratiques d'Hygiène

p.20

IV. Comment informer vos clients ?

p.22

1. Vente directe en boutique ou sur les marchés
2. Produits pré-emballés
3. Vente traiteur
 - a. Livraison de produits sans service
 - b. Livraison de produits et service (à table ou buffet)
4. Vente sur internet et plateaux repas

V. Pour aller plus loin

p.27

I - Les allergies alimentaires

En France, 2 à 3% de la population est touchée par les allergies alimentaires.

Il faut distinguer deux types de réactions allergiques :

- **Les allergies « vraies »**, qui impliquent la réaction du système immunitaire suite à l'ingestion de l'aliment, car il est détecté comme un corps étranger et non comme une substance alimentaire. Elles peuvent se manifester par des problèmes respiratoires ou des réactions cutanées.
- **Les intolérances**, qui n'impliquent pas le système immunitaire mais résultent d'une incapacité de l'organisme à digérer certains aliments.



Pourquoi informer les consommateurs sur les allergènes ?

Le règlement INCO (Règlement CE 1169/2011 d'information au consommateur) oblige les professionnels des métiers de bouche à informer les consommateurs afin que ceux-ci puissent choisir les produits qu'ils mangent en toute transparence : connaissance des additifs utilisés, de la valeur nutritionnelle des aliments, mais aussi des allergènes contenus dans le produit. Ainsi, le client allergique peut choisir les plats qu'il va consommer sans craindre pour sa santé.



Quelles obligations pour l'artisan ?

Ceci implique de la part du professionnel de parfaitement connaître la composition des produits qu'il propose à la vente, la liste des 14 allergènes à déclaration obligatoire, de manipuler les aliments allergéniques selon le respect des Bonnes Pratiques d'Hygiène, et de mettre à disposition des consommateurs les documents recensant la présence d'allergènes sans que ce dernier ait besoin de le demander (*pour plus de précisions voir p20*).



Quels atouts pour l'artisan ?

Cette démarche de transparence est un atout pour les deux parties : elle permet de garantir le professionnalisme de l'artisan, et donc **l'établissement d'une relation de confiance avec le client**, et de le fidéliser. En effet, les charcutiers-traiteurs fabriquent des produits artisanaux, nobles et sans additifs, et n'ont rien à cacher concernant la qualité de leurs produits. Raison de plus pour le faire savoir à leur clientèle, qui s'informe de plus en plus et se méfie des produits industriels.

II - Bien identifier les allergènes



Comment identifier les produits contenant des allergènes à déclaration obligatoire ?

Les allergènes contenus dans un produit peuvent y avoir été ajoutés sous différentes formes :

- **En tant qu'ingrédients**, quelle que soit leur proportion dans le produit fini
- « **Cachés** » **dans les aides culinaires**, les sauces, les fonds, les mélanges d'épices... Autant de préparations dans lesquelles on ne les attend pas.
- **Ajoutés comme auxiliaires technologiques**. Par exemple la farine ajoutée aux sauces afin de les épaissir, ou l'œuf servant de liant à la terrine de campagne...
- **A l'occasion de contaminations croisées**, évitables en respectant des règles d'organisation et les bonnes pratiques d'hygiène.

Les 14 allergènes à déclaration obligatoire sont listés dans ce chapitre, avec de brèves indications concernant les produits dans lesquels ils sont les plus communément présents ou peuvent être cachés. **Seuls ces 14 allergènes doivent être obligatoirement indiqués au consommateur.**



Nos conseils pour identifier tous les allergènes

- Connaître parfaitement **les recettes de ses produits, et s'y tenir**. *La confection de fiches recettes est fortement recommandée.*
- Accroître sa vigilance et prendre l'habitude de **décrypter les étiquettes des produits remis par ses fournisseurs**. Demander la composition des produits « prêts à l'emploi » aux fournisseurs si celle-ci n'est pas indiquée.

L'obligation de déclaration concerne seulement ces 14 allergènes, lorsqu'ils sont ajoutés volontairement en tant qu'ingrédients ou auxiliaires technologiques.

Ne pas tenir compte des messages tels que « *peut éventuellement contenir des traces de...* » sur la liste des ingrédients des produits fournisseurs pour dresser la liste des allergènes présents dans le produit.

Le Gluten



Qu'est-ce que c'est ?

Le gluten est une protéine présente dans certaines céréales utilisées dans l'alimentation humaine. Sont concernés : le blé, l'orge, le seigle, l'avoine, le kamut, l'épeautre, et le triticale.

Attention : Le gluten est également utilisé comme ingrédient technologique dans de nombreuses préparations alimentaires pour ses propriétés d'élasticité et de viscosité.

Où est-il présent ?

- Pain
- Pâtes, semoule
- Charcuteries
pâtisseries : friands,
pâté en croûte
- Quiches, Pizzas
- Boudin blanc
- Pâtisseries - Gâteaux

Où peut-il être caché ?

- Sauces, assaisonnements, épices.
Exemple : roux, sauces soja...
- Viandes, poissons, plats préparés
- Chapelure, Panures
- Crème glacée, flans, crèmes...

Y a-t-il des exceptions ?

Les sirops de glucose, les maltodextrines et l'amidon issus du blé et de l'orge ne contiennent pas de gluten.

Les Crustacés

Les Mollusques



Quels crustacés peuvent provoquer des allergies ?

Tous les crustacés marins peuvent provoquer une allergie alimentaire : crevettes, crabes, langoustes, langoustines, homards, écrevisses, tourteaux...

L'allergie aux crustacés va souvent de pair avec l'allergie aux mollusques car les mêmes molécules allergéniques sont impliquées dans la réaction allergique. Elles sont néanmoins à distinguer de l'allergie au poisson, dont le mécanisme est différent. Ainsi, une personne allergique aux crevettes et aux coquillages peut souvent consommer du poisson.

Où sont-ils présents ?

Tous les plats à base de crustacés ou de mollusques.

Où sont-ils cachés ?

- Soupes
- Sauces
- Fumets de poissons
- Huile...

Quels types de mollusques sont concernés?

Tous les mollusques, marins comme terrestres :

- **Bivalves** : moules, huîtres, palourdes, coquilles St Jacques, praires...
- **Céphalopodes** : calamars, poulpes, sèches...
- **Gastéropodes** : escargots, bulots, bigorneaux

- Guide des allergènes CNCT -

Les Œufs et les produits à base d'œufs



Quels types d'œufs peuvent provoquer des allergies?

Tous les œufs : de poule, de canard, d'oie, de caille...

Le blanc comme le jaune sont allergéniques.

Où sont-ils présents ?

- Sauces : mayonnaise, béarnaise, mousseline, hollandaise, gribiche
- Boudin blanc
- Mousses de foie, terrines
- Quiches, dorures de pâtes feuilletées
- Pâtisseries, gâteaux, biscuits
- Crèmes dessert et glacées
- Meringues

Où peuvent-ils être cachés ?

Les œufs sont très souvent utilisés en cuisine pour leurs excellentes propriétés liantes, émulsifiantes ou coagulantes. Ils sont donc présents dans une très grande variété de charcuteries et produits artisanaux (terrines, sauces, farces...).

Les Poissons et les produits à base de poisson



Quels types de poissons sont concernés ?

Toutes les espèces de poisson de mer comme d'eau douce, ainsi que les produits dérivés du poisson.

Où cet allergène est-il présent ?

- Poissons crus, cuits et en conserves
- Soupes, plats cuisinés, plats ethniques
- Sauces asiatiques (« nuoc mam »)
- Produits dérivés : tarama, surimi, anchoïade, tapenade aux anchois
- Huiles de poissons, gélatine de poisson

Où peut-il être caché ?

- Fumets
- Fonds de sauce
- Produits à base de gélatine de poisson

Les arachides



Le saviez-vous ?

L'arachide est l'aliment pouvant déclencher les réactions allergiques les plus violentes.

Une très petite dose est nécessaire pour provoquer une réaction allergique grave et souvent spectaculaire.

Où peuvent-elles être présentes ?

- Tout plat cuisiné à l'huile d'arachide
- Beurre de cacahuètes
- Sauces aux cacahuètes
- Plats exotiques
- Plats préparés

Où peuvent-elles être cachées ?

- Pâtisseries
- Chocolats
- Céréales
- Sauces
- Vinaigrettes et mayonnaises à l'huile d'arachide

Le Soja

et les produits à base de soja



Où le soja peut-il être présent ?

- Huile de soja non raffinée: cuisson, vinaigrettes
- Produits asiatiques : tofu, sauces soja
- Plats exotiques
- Salades
- Steaks végétariens
- Lait de soja et produits dérivés du lait de soja (yaourts)

Où peut-il être caché ?

- Produits à base de viande
- Biscuits, pains spéciaux, biscottes
- Sous forme de lécithine de soja (additif E322) : émulsifiant utilisé dans de nombreuses préparations chocolatées.

Le Lait et les produits à base de lait



Quels produits laitiers sont concernés ?

Il existe deux types d'allergie au lait :

- **L'allergie aux protéines du lait de vache** : elle concerne le lait de vache et les produits dérivés du lait de vache, et touche principalement les nourrissons.
- **L'intolérance au lactose** : le lactose est présent dans tous les types de laits et produits laitiers et touche principalement les adultes qui ont alors du mal à le digérer.

Les produits laitiers usuels contiennent les deux éléments.

Où peut-il être présent ?

- Laites animaux, Produits laitiers
- Beurre, crème, fromages
- Terrines, pâtés, mousses
- Boudin blanc, cervelas, saucisses de foie, saucisses
- Farces
- Sauces : béchamel, hollandaise...
- Gratins
- Soupes, purées
- Gâteaux et pâtisseries
- Chocolat (au lait, blanc)

Où peut-il être caché ?

Sous la forme de lactose :

- Mélanges d'épices prêts à l'emploi
- Certaines charcuteries :
 - saucissons secs
 - saucissons cuits
 - saucisses à cuire
 - pâtés, mousses...

Le lactose est un additif autorisé par le code des usages dans la plupart des produits de charcuterie.

Soyez vigilants !

Les Fruits à Coques



Quels fruits à coques peuvent causer des allergies ?

La plupart des noix : noix, noisettes, noix de cajou, noix de Macadamia, noix de pécan, noix du Brésil, noix du Queensland. Ainsi que : amandes et pistaches.

Exceptions : la noix de coco et la noix de muscade ne sont pas concernées : elles ne provoquent pas d'allergies.

Où peuvent-ils être présents ?

- Charcuteries : Mortadelle et hure aux pistaches, galantine, saucisson lyonnais, saucisson aux noix...
- Plats cuisinés
- Chocolats, pâtes à tartiner, pralines, nougat, dragées, pâte d'amande
- Gâteaux, biscuits, galette des rois
- Produits à base de lait d'amande : crèmes dessert...

Le Céleri



Où le céleri peut-il être présent ?

- Salades : céleri rémoulade
- Soupes
- Sauces
- Bouillons
- Plats mijotés : Pot au feu, blanquette...
- Tous les plats cuisinés avec du bouillon de légumes
- Jambon cuit

Où peut-il être caché ?

Dans tous les bouillons et gelées maisons ou prêts à l'emploi !

Il faut impérativement étudier leur composition afin de déceler la présence de cet allergène.

La Moutarde



Le saviez-vous ?

Toutes les parties de la plante de moutarde sont susceptibles de provoquer des allergies : la graine, mais aussi la tige et les feuilles.

Où peut-elle être présente ?

- Condiments : moutarde, mayonnaise, cornichons, vinaigrettes, sauces crudité
- Potages, bouillons
- Andouillette
- Plats cuisinés : blanquette, porc à la diable
- Mélanges d'épices prêts à l'emploi
- Sauce piquante
- Biscuits ou feuilletés apéritifs

Les Graines de Sésame



Le saviez-vous ?

Il existe différents types de graines de sésame : jaune, blanc, marron, rouge, noir. Toutes les variétés sont susceptibles de provoquer des allergies.

Le sésame s'utilise en cuisine sous forme de graines entières, pelées, d'huiles ou encore de pâte.

Où cet allergène peut-il être présent ?

- Pains spéciaux, biscottes, biscuits apéritifs, bretzels
- Pâtisseries orientales
- Produits exotiques
- Mélanges d'épices, assaisonnements
- Huile de sésame : vinaigrette, assaisonnements

Le Lupin



Qu'est-ce que c'est ?

La plante de lupin produit des graines légumineuses. Elles peuvent être réduites en farine et ainsi utilisées à la place des céréales usuelles, par exemples dans des produits sans gluten.

Le lupin peut également être utilisé comme liant à la place des œufs.

Où peut-il être présent ?

- Pains, biscuits, crêpes, pâtes à tarte
- Produits portugais
- Biscuits apéritifs
- Soupes, sauces
- Rillettes, saucisses

Les Sulfites



Qu'est-ce que c'est ?

Les sulfites et l'anhydride sulfureux sont présents dans certains types d'aliments fermentés et dans les boissons alcoolisées. Ils sont également volontairement ajoutés dans certains produits frais, légumes ou viandes pour jouer le rôle d'agents conservateurs anti-oxydants.

Ils peuvent provoquer des réactions allergiques lorsqu'ils sont présents dans les aliments et les boissons à **une concentration supérieure à 10mg/kg d'aliment.**

Où peuvent-ils être présents ?

- Les boissons alcoolisées
- Les plats et sauces contenant des boissons alcoolisées : vin, cidre, bière, porto, cognac... : bœuf bourguignon, blanquette, coq au vin, sauce chasseur
- Les charcuteries en cas d'ajouts d'alcool
- Les fruits secs : raisins secs, abricots secs, dattes...
- Les plats et desserts contenant des fruits secs
- Les produits fermentés : la choucroute, le vinaigre
- Certaines marinades
- Toutes les sauces et vinaigrettes contenant du vinaigre
- Les poissons séchés

III - Allergènes et bonnes pratiques



Comment manipuler les allergènes dans le respect des bonnes pratiques d'hygiène (BPH) ?

Afin de garantir la sécurité alimentaire à vos clients allergiques, une règle s'impose : **éviter les contaminations croisées !**

Les contaminations croisées ont lieu lorsqu'une denrée ne contenant pas d'allergènes dans sa recette « normale » est manipulée avec les mêmes instruments et sur les mêmes surfaces qu'un autre aliment allergénique.

Il est par conséquent primordial que ces aliments allergènes soient manipulés dans le respect de la marche en avant dans l'espace ou dans le temps.

Ainsi, il est préférable de réaliser les préparations contenant les aliments allergènes dans des **espaces dédiés** et d'utiliser un **matériel exclusif à cet usage**.



Exemples

- Local ou plan de travail dédié à la pâtisserie
- Matériel de découpe : couteaux et planches dédiés au poisson. Possibilité d'utiliser des planches de couleur différentes afin de les identifier.
- Matériel de cuisson dédié
- Respect des BPH liées à la manipulation des œufs
- Respect des BPH liées au rangement en chambre froide : Stocker les aliments allergéniques à l'écart des autres produits. Notamment les plats contenant du poisson, des crustacés ou des mollusques.

Lorsque la séparation dans l'espace n'est pas réalisable faute de place, **des opérations de nettoyage et désinfection doivent entrecouper les fabrications contenant des allergènes des fabrications qui n'en contiennent pas.**

Les préparations contenant des allergènes peuvent également être réalisées en fin de journée, après la fabrication des produits n'en contenant pas et avant les opérations de nettoyage-désinfection.

Enfin, certains aliments allergènes peuvent être remplacés par des équivalents ne provoquant pas d'allergies sans modifier les qualités gustatives du produit.

Exemples

- Remplacer l'huile d'arachide par de l'huile de tournesol ou d'olive,
- Eviter d'ajouter du céleri dans les bouillons
- Remplacer le lait de vache par du lait végétal
- Remplacer les œufs par des liants ou émulsifiants végétaux quand ils sont utilisés en tant qu'auxiliaires technologiques

IV - Comment informer vos clients ?

Les règles d'information diffèrent selon le mode de remise des denrées au client :

Sont considérées comme « non pré-emballées »

- Les denrées présentées en vrac au consommateur final
- Les denrées emballées sur le lieu de vente à la demande du consommateur
- Les denrées pré-emballées en vue de leur vente immédiate.

Sont considérées comme « pré-emballées »

Les denrées recouvertes partiellement ou entièrement d'un emballage, et dont la modification est impossible sans ouverture de cet emballage.

Cela concerne : les semi-conserves et conserves, les produits sous-vide, les denrées emballées en vue de leur vente non-immédiate.

1. Vente directe de vrac en boutique ou sur les marchés

Les produits vendus sont des denrées « non-préemballées », le règlement INCO n'impose donc pas de faire figurer les allergènes sur la denrée. Néanmoins, **l'information doit être à disposition du client, à proximité et accessible sans qu'il ait besoin de la demander**. C'est la raison pour laquelle le professionnel est tenu d'apposer une **affiche** sur son point de vente précisant que des informations sur les allergènes obligatoires sont à disposition des clients. En cas de question, le client doit pouvoir s'adresser à un personnel formé qui pourra répondre à ses interrogations. Le personnel de vente doit donc être informé de la composition des plats et de la présence d'allergènes.



En pratique, comment faire ?

1. Connaître les produits et les recettes

Étudier la composition des produits « prêts à l'emploi »

2. L'affiche d'information

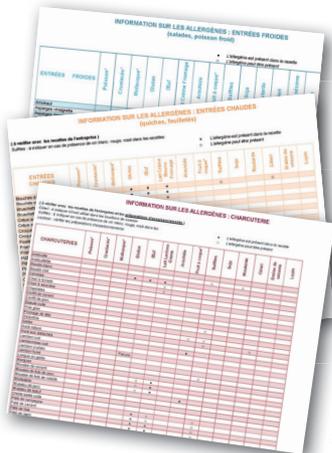
Placarder l'affichette d'information au client dans la boutique

3. Les tableaux allergènes

Mettre à disposition directe des clients les tableaux allergènes créés par la CNCT et

accessibles sur l'espace adhérent du site de la CNCT. Ces tableaux sont pré-remplis, l'artisan n'a plus qu'à les mettre à jour et à les compléter des spécialités de la maison qui pourraient être absentes de la liste.

Attention ! Présenter ces tableaux engage l'artisan auprès de sa clientèle à ne publier que des informations vérifiées au préalable. Chaque recette doit donc avoir fait l'objet d'un examen minutieux quant à la présence d'allergènes.



4. Former le personnel de vente

Former votre personnel de vente afin qu'il soit à même de répondre aux questions des clients. Le présent livret est entièrement dédié à cette mission. Il est cependant très recommandé de suivre un stage dédié proposé par le CEPROC.

2. Produits pré-emballés



Le règlement INCO impose la présence d'une **étiquette informative** sur les produits pré-emballés.



Parmi les informations obligatoires qui doivent y figurer, la liste des ingrédients : celle-ci doit indiquer tous les ingrédients présents dans le produit, dont les ingrédients contenus dans les ingrédients composés (sauces par exemple). **Les ingrédients allergènes doivent alors être mis en valeur au sein de cette liste** (en gras, soulignés, en couleur...).



Pour plus d'informations concernant l'étiquetage, consulter la fiche « [Etiquetage des denrées pré-emballées](#) » en téléchargement direct sur l'espace adhérent du site de la CNCT.

3. Vente traiteur et livraison à des intermédiaires

a. Livraison de denrées sans service

Le consommateur final doit être informé de la présence d'allergènes dans les denrées alimentaires non pré-emballées qui lui sont proposées **grâce à un document accompagnant chaque livraison**. Les allergènes doivent être précisés pour chaque denrée. Des logiciels spécialisés permettant l'édition automatique de bons de livraison sur lesquels figurent les allergènes existent. La CNCT vous informera des résultats de l'étude comparative qu'elle est en train de mener à ce sujet.

b. Livraison de plats avec service (repas assis ou buffet)

Le consommateur final doit être informé des allergènes éventuellement présents dans les produits grâce à **une mention écrite, lisible et visible**. L'artisan doit en conséquence mettre à sa disposition un « menu » reprenant les allergènes présents dans chacun des plats. Ce menu doit se trouver à proximité immédiate du buffet, ou à **disposition du consommateur sans que celui-ci ne soit contraint de demander l'information au personnel de service**. Pour les repas assis, disposer un menu recensant les allergènes contenus dans les plats sur chacune des tables de convives.

4. Vente à distance, vente sur internet et plateaux repas

L'information sur la présence d'allergènes doit être fournie **avant la conclusion de l'achat** et figurer sur le support de vente à distance.

Pour les denrées préemballées, il faut faire figurer le contenu de l'étiquette sur le site internet (ou autre support de vente à distance).

Pour les plateaux repas, il est nécessaire de préciser les allergènes présents dans chaque composant du plateau. Par exemple, apposer une étiquette rappelant les allergènes contenus dans chacun des plats sur le couvercle du plateau.



V - Pour aller plus loin

- **Site de la CNCT**

<http://www.charcutiers-traiteurs.com>

À disposition des adhérents CNCT : téléchargement des fiches techniques, tableaux allergènes, affiche boutique, etc.

- **Site de la DGCCRF**

<http://www.economie.gouv.fr/dgccrf/etiquetage-des-denrees-alimentaires-nouvelles-regles-europeennes>

Pour suivre l'évolution de la réglementation concernant l'étiquetage des denrées.

- **Site de la Caisse Nationale d'Assurance Maladie**

<http://www.ameli-sante.fr/allergies-alimentaires/>

Conseils aux personnes allergiques : actions, traitements

- **Site de l'Association Française pour la Prévention des Allergies**

<http://allergies.afpral.fr/>

Conseils aux personnes allergiques.

STAGES allergènes

Grâce aux stages proposés par le CEPROC, les allergènes n'auront plus de secret pour vous !

L'intervention d'ingénieurs agro-alimentaires vous permettra de maîtriser les obligations réglementaires. À l'issue du stage, vous repartirez dans votre entreprise avec les tableaux allergènes de vos produits.

Financement

Coût : **390.00 € H.T** par personne.

Pour les Salariés : Formation prise en charge par les Fonds de Formation (OPCALIM, AGEFOS PME BCT, etc...)*

Pour les Chefs d'entreprise : Financement par le FAFCEA*

* Sous réserve :

- d'être à jour de vos cotisations auprès des fonds de formation
- de ne pas avoir utilisé toute votre enveloppe budgétaire

Formez-vous !

Contactez nous par e-mail : stages@leceproc.fr,
par fax : **01 42 67 56 33**, ou par téléphone : **01 44 29 90 55**

Ce guide vous est offert par la CNCT. Pour plus d'information contactez le service hygiène au :

01 44 29 90 55 ou hygiene@lacnct.fr

