06 35 45 35 61
contact@hpa-solutions.fr

Les 14 allergènes à déclaration obligatoire

Annexe II du règlement (UE) n° 1169/2011 — dit règlement INCO. L'information sur ces allergènes est obligatoire pour toute denrée servie ou vendue, y compris non préemballée.



Les principaux allergènes : lait, œufs, céréales à gluten, fruits à coque, arachides, crustacés, poisson, soja, sésame, céleri, moutarde.

	Allergène	Ce que cela recouvre	Où on le trouve souvent
1	**Céréales contenant du gluten**	Blé, seigle, orge, avoine, épeautre, kamut et leurs souches hybridées.	Pain, pâtes, pâte à pizza, panure, sauces liées, bière, seitan, chapelure.
2	**Crustacés**	Et produits à base de crustacés.	Crevettes, langoustines, crabe, homard, bisques, nems, surimi (selon recette).
3	**Œufs**	Et produits à base d'œufs.	Mayonnaise, pâtisseries, pâtes fraîches, panures, mousses, sauce hollandaise.
4	**Poissons**	Et produits à base de poissons.	Sauces (nuoc-mâm, worcestershire), bouillons, tapenade, surimi, anchois.
5	**Arachides**	Et produits à base d'arachides.	Huile d'arachide, sauces asiatiques, pâtisseries, apéritifs, pâtes à tartiner.
6	**Soja**	Et produits à base de soja.	Sauce soja, tofu, lécithine de soja, protéines végétales, desserts végétaux.
7	**Lait**	Y compris le lactose.	Beurre, crème, fromage, béchamel, purée, brioche, chocolat au lait, panure.
8	**Fruits à coque**	Amande, noisette, noix, noix de cajou, noix de pécan, noix du Brésil, pistache, noix de Macadamia.	Pâtisseries, pesto, huiles, garnitures de salade, pralin, nougat.
9	**Céleri**	Et produits à base de céleri.	Bouillons, fonds de sauce, rémoulade, soupes, jus de légumes, cubes déshydratés.
10	**Moutarde**	Et produits à base de moutarde.	Vinaigrettes, mayonnaise, sauces, marinades, charcuteries, plats préparés.

Document gratuit — à adapter à votre établissement. Ne remplace pas le guide de bonnes pratiques d'hygiène officiel de votre secteur.

06 35 45 35 61
contact@hpa-solutions.fr

	Allergène	Ce que cela recouvre	Où on le trouve souvent
11	**Graines de sésame**	Et produits à base de graines de sésame.	Pain burger, houmous, tahini, huile de sésame, pains spéciaux, falafels.
12	**Anhydride sulfureux et sulfites**	En concentration de plus de 10 mg/kg ou 10 mg/l, exprimée en SO2.	Vin, fruits secs, pommes de terre déshydratées, crustacés, conserves, vinaigres.
13	**Lupin**	Et produits à base de lupin.	Farines sans gluten, pains spéciaux, pâtisseries industrielles, substituts de viande.
14	**Mollusques**	Et produits à base de mollusques.	Moules, huîtres, coquilles Saint-Jacques, calamars, escargots, paella, sauces.

Ce que dit la réglementation. Pour les denrées non préemballées — plats servis en salle, vente à emporter, vente à la coupe — l'information doit être disponible sur un support écrit, librement accessible au consommateur avant sa commande. Une mention du type « demandez au personnel » ne suffit pas : le support écrit doit exister et être consultable.

Attention aux traces. La contamination croisée en cuisine n'est pas couverte par l'étiquetage des ingrédients. Si vous ne pouvez pas garantir l'absence d'un allergène, dites-le clairement plutôt que d'affirmer une absence que vous ne maîtrisez pas. Une analyse de recherche d'allergènes permet de le vérifier.

Document gratuit — à adapter à votre établissement. Ne remplace pas le guide de bonnes pratiques d'hygiène officiel de votre secteur.