



Terminologie » Les additifs » par Hervé This

Les additifs alimentaires ont mauvaise presse, mais j'invite mes amis cuisiniers à être bien au courant des faits, avant de se déclarer pour ou contre ces produits : après tout, le caramel est un additif, tout comme les chlorophyllines, qui ne sont que du « vert d'épinard » purifié, le lycopène, qui est le colorant des peaux de tomate, l'or, dont certains cuisiniers et pâtissiers ornent leurs préparations...

Bref, il y a lieu d'être un peu circonspect, avant d'endosser des causes souvent douteuses (je crains notamment certains « marchands » malhonnêtes, mais aussi ceux qui veulent du pouvoir).

Examinons d'abord ce que dit le cadre légal : **un additif alimentaire est une substance qui n'est pas habituellement consommée comme un aliment ou**

utilisée comme un ingrédient dans l'alimentation. Ces composés sont ajoutés aux denrées dans un but technique, au stade de la fabrication, de la transformation, de la préparation, du traitement, du conditionnement, du transport ou de l'entreposage des denrées et se retrouvent donc dans la composition du produit fini.

Les additifs alimentaires ont des fonctions particulières, comme par exemple :

- **garantir la qualité sanitaire des aliments** (conservateurs, antioxydants)
- **améliorer l'aspect et le goût d'une denrée** (colorants, édulcorants, exhausteurs de goût),
- **conférer une texture particulière** (épaississants, gélifiants),
- **garantir la stabilité du produit** (émulsifiants, antiagglomérants, stabilisants).

On distingue les additifs dits affectivement « naturels », et que l'on devrait plutôt dire « extraits » : car ils sont extraits c'est à dire obtenus à partir de microorganismes, d'algues, d'extraits végétaux ou minéraux - et les additifs de synthèse. Leur présence dans les denrées est mentionnée dans la liste des ingrédients soit par leur code (E suivi de 3 ou 4 chiffres), soit par leur nom.

La question que les cuisiniers se posent est : **ces produits sont-ils dangereux ou inoffensifs ?**

Rappelons qu'un additif n'est autorisé en alimentation humaine que s'il ne fait pas courir de risque au consommateur aux doses utilisées. Mais la preuve de leur innocuité ne suffit pas. Pour pouvoir être utilisée, une substance doit aussi faire la preuve de son intérêt. Ainsi, les additifs alimentaires ne sont approuvés que si :

1. l'effet technique revendiqué peut être démontré
2. leur emploi n'est pas susceptible de tromper le consommateur



Avant d'être autorisés par la Commission Européenne, les additifs sont soumis à évaluation de l'Autorité européenne de sécurité des aliments (EFSA). Sur cette base, la Commission établit une liste positive d'additifs autorisés, en indiquant les aliments dans lesquels ils peuvent être ajoutés et les doses maximales à utiliser.

Seuls les additifs présents sur cette liste peuvent être ajoutés dans les denrées alimentaires. Toute information scientifique et technologique nouvelle relative à des additifs autorisés est examinée avec une attention particulière et leurs conditions d'emploi sont reconsidérées, si nécessaire. Mieux encore : une réévaluation européenne systématique de l'ensemble des additifs autorisés a été entreprise par l'EFSA. Elle a commencé avec les colorants, conformément à la demande faite par la Commission Européenne, et continue avec les autres additifs alimentaires.

Mais surtout, balayons la liste, afin d'en considérer quelques uns :

- **l'acide acétique** : c'est ce qui fait le vinaigre cristal acide
- **l'acide lactique** : c'est l'acide que forment les micro-organismes quand ils consomment le lactose du lait, lors de la confection des yaourts, par exemple
- **le dioxyde de carbone** : c'est le gaz que nous rejetons quand nous respirons, et qui fait les bulles du champagne, de la bière, des eaux pétillantes
- **l'acide malique** : comme son nom l'indique (malus, en latin, signifie « pomme ») est dans les fruits
- **l'acide ascorbique** est dans les fruits, et c'est lui qui empêche les légumes de noircir quand on les arrose de jus de citron
- **les lécithines** : ce sont des composés présents dans toutes les cellules vivantes, notamment celles de notre propre corps
- **l'acide citrique** : il vient du citron, notamment
- **l'acide** et **les tartrates** sont dans les vins
- **les gommés guar, caroubes** et autres sont utilisées traditionnellement pour gélifier, épaissir, stabiliser
- **les pectines** sont ces composés des fruits qui font prendre les confiture
- **la cellulose** : c'est ce que l'on nomme les fibres

Et je m'arrête, parce que l'on voit -j'espère- que ces composés sont souvent utilisés en cuisine. Interdire les additifs serait donc idiot. Bien sûr, ils ne sont pas tous du même type, et c'est donc au cas par cas que l'on doit s'interroger... en

supposant que l'on ne fasse pas confiance aux services nationaux et internationaux d'évaluation. Qui d'entre nous peut se prétendre plus expert que mes collègues experts ?

Bref, soyons modestes, prudents... et, pour prendre des décisions, soyons informés.

Par **Hervé This**