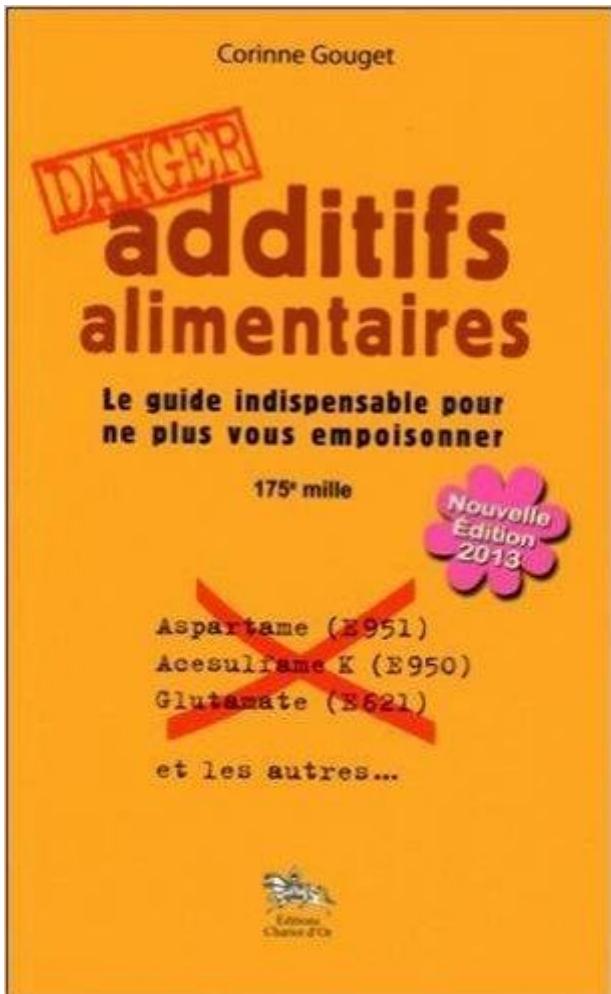


Additifs alimentaires Danger : Le guide indispensable pour ne plus vous empoisonner

De [Corinne Gouget](#)



Introduction

Qu'est-ce qu'un additif alimentaire ? C'est la question que se posent de nombreux consommateurs qui voudraient bien savoir ce qui se cache dans la liste des ingrédients, sous des noms ou des codes bien mystérieux. Muni de ce guide facile à utiliser, vous serez enfin capable de savoir ce que sont la plupart des ingrédients cités sur les emballages et vous aurez le pouvoir de décider d'acheter ou non les produits concernés. Pour chaque additif, un code couleur : rouge (à éviter, danger !) - orange (rapports scientifiques contradictoires) - vert (inoffensif à ce jour). Après plus de 20 ans d'expérience dans le domaine de la toxicité des additifs alimentaires, dont 2 ans passés à comparer de nombreuses études internationales sur le sujet, Corinne Gouget est heureuse de vous donner la possibilité de savoir ce que vous mangez. Table des matières : Lettre ouverte à mes lecteurs - Messages pour les enfants et les adolescents - Pourquoi et comment utiliser ce guide ? - Bonne nouvelle au sujet des 6 colorants - La stévia - Tableau des additifs - Du E100 au E1520 - Index alphabétique - E951 ou aspartame - E621 ou glutamate monosodique - L'acide citrique - Additifs génotoxiques - Maltodextrine - Additifs et aliments pour animaux de compagnie - Additifs sans "E..." - Références diverses, Internet, bibliographiques - Produits testés pour vous.