

Nitrites

Synonymes :
E 249 à E 252

Utilisation

additifs employés dans l'industrie agro-alimentaire comme conservateurs et stabilisateurs de coloration

Les nitrites sont présents dans de nombreux aliments. Peuvent, entre autres, être concernés :

1. Produits d'origine animale :

- Charcuterie : jambon, pâté, saucisson, saucisse, salami, mortadelle
- Plats cuisinés à base de charcuterie : tourtes et feuilletés au jambon, pizzas
- Foie gras : entier ou bloc
- Conserves de viande : cassoulet à la viande de porc, escalopes panées ..
- Harengs au vinaigre
- Certains fromages
-

2. Produits d'origine végétale :

certains légumes contiennent naturellement des traces de nitrites : betteraves rouges (3,3 mg/kg), carottes (1,5 mg/kg), choux rouges (2,3 mg/kg), concombres (8 mg/kg), céleri (0,7 mg/kg), épinards (3,2 mg/kg), haricots verts (5,3 mg/kg), laitue (8,7 mg/kg), radis (7,3 mg/kg)

Observations

La consommation de nitrites chez une personne intolérante peut s'avérer responsable de maux de tête, de troubles digestifs ou d'urticaire. Il est préférable de ne pas dépasser un apport de 20 mg par jour.