

Corinne Gouget

DANGER

additifs alimentaires

**Le guide indispensable pour
ne plus vous empoisonner**

**215 000 exemplaires
déjà vendus !**

**ÉDITION
2017**

~~Aspartame (E951)~~

~~Acesulfame K (E950)~~

~~Glutamate (E621)~~

et les autres...



TABLE DES MATIÈRES

Lettre ouverte à mes lecteurs	7
Messages pour les enfants et les adolescents	9
Pourquoi utiliser ce guide ?	13
Comment utiliser ce guide ?	21
Bonne nouvelle au sujet de 6 colorants.....	25
Le débat sur le soja est ouvert !	27
La stévia	29
Tableau des additifs – du E100 au E1521	31
Index alphabétique	102
E951 ou aspartame	109
E621 ou glutamate monosodique.....	116
L'acide citrique.....	122
Additifs génotoxiques	123
Maltodextrine	124
Additifs et aliments pour animaux de compagnie	125
Aliments sans liste d'ingrédients	127
Additifs sans « E... »	128
Références diverses.....	132
Références Internet.....	135
Références bibliographiques.....	142
Produits testés pour vous	146
Conclusion.....	154

Qu'est-ce qu'un additif alimentaire ?

C'est la question que se posent de nombreux consommateurs qui, comme vous, voudraient bien savoir ce qui se cache dans la liste des ingrédients, sous des noms parfois difficiles à lire et à prononcer ou des codes comme le E951, par exemple. Muni de ce guide facile à utiliser, vous serez enfin capable de savoir ce que sont la plupart des ingrédients cités sur les emballages (même si tout n'est pas dit sur les étiquettes) et vous aurez le pouvoir de décider d'acheter ou non les produits concernés pour le plus grand bien de toute la famille.

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 enfin la possibilité de **savoir ce que vous mangez**.

Bonne santé à tous !

Déjà paru aux
Éditions Chariot d'Or
Jean-Luc DARRIGOL
Aspartame et autres édulcorants

Retrouvez tous nos titres
sur notre site internet



10 €

Imprimé en France

www.editions-chariot-dor.fr

