Les 14 allergènes réglementaires en France et dans l'Union européenne

1. Gluten : Blé, seigle, orge, avoine, épeautre, kamut et leurs variétés hybrides

2. Crustacés : Crevettes, crabes, langoustines, homards, écrevisses

3. Œufs : Œufs de poule, canard, caille, oie et produits dérivés

4. Poissons : Saumon, thon, cabillaud, sardine, anchois, truite, etc.

5. Arachides : Cacahuètes, huile et beurre d'arachide

6. Soja : Graines de soja, farine, protéines, tofu, sauce soja

7. Lait : Lait de vache, chèvre, brebis, crème, beurre, fromage, lactose

8. Fruits à coque : Amandes, noisettes, noix, noix de cajou, noix de pécan, noix du Brésil, pistaches, noix de macadamia

9. Céleri : Céleri branche, céleri-rave, feuilles et graines de céleri

10. Moutarde : Graines, poudre, moutarde préparée

11. Sésame : Graines, huile et pâte de sésame (tahini)

12. Sulfites : Anhydride sulfureux et sulfites en concentration supérieure à 10 mg/kg ou 10 mg/l

13. Lupin : Farine, graines et protéines de lupin

14. Mollusques : Moules, huîtres, coquilles Saint-Jacques, palourdes, calamars, poulpes, escargots