



Pour éviter toute réaction allergique, il convient de mettre en place l'éviction des aliments ou des préparations contenant du céleri. Ce document élaboré par **ALLERGODIET, groupe de travail de la Société Française d'Allergologie**, vous présente des conseils pour limiter les risques d'exposition accidentelle.

Coordonnées du professionnel de santé

QU'EST CE QUE C'EST ? famille des apiacées ou ombellifères

Le **céleri** est un légume, il existe deux variétés cultivées : l'une pour ses feuilles (le céleri-branche) et l'autre pour ses racines (le céleri-rave). Il est utilisé dans un grand nombre de denrées alimentaires pour ses qualités d'exhausteur de goût.

Pas d'éviction inutile ! Grâce à un bilan allergologique, votre allergologue vous précisera si votre **allergie nécessite l'éviction uniquement de la forme crue du céleri (« allergie courante »), ou du céleri sous toutes les formes (cuit et cru)**, dans ce dernier cas cette fiche vous concerne.

COMMENT REPÉRER LE CELERI DANS LES PRODUITS ALIMENTAIRES ?

Le céleri fait partie des **14 Allergènes à Déclaration Obligatoire (ADO)**, il est **facilement identifiable** :

- **Pour les produits préemballés** : sa présence doit obligatoirement figurer dans la liste des ingrédients de manière distincte (en gras, ou en italique, ou en MAJUSCULE, ou de couleur différente ou souligné). **Eviter les produits contenant dans la liste des ingrédients les mentions : « céleri, céleri rave, céleri branche, arôme (céleri), extraits de céleri, sels de céleri ».**



Soupe passée poireaux et légumes variés.

Ingrédients : Légumes : 72% (pomme de terre : 40%, oignon 14%, poireau : 12%, **CELERI : 3,6%**, carotte : 2,7%), graisse de palme, sel, sucre, protéines végétales hydrolysées, maltodextrine, sirop de glucose, protéines de LAIT, curcuma (**arômes (dont CELERI)**), extrait de levure, antioxydant : E320.



Ne pas se fier **uniquement à la dénomination de vente, ni à la photo sur l'emballage. Toujours vérifier la liste des ingrédients !** Le céleri se retrouve surtout masqué dans un produit dans lequel nous ne l'attendons pas ...



Bon à savoir : Les produits contenant « **herbes aromatiques** » et « **épices** » sans précision sont autorisés.

- **Pour les produits non préemballés (aliments ou repas servis au restaurant, cantine, traiteur, boulanger, restauration rapide...)** : depuis 2015, une réglementation impose aux professionnels l'indication par écrit et à proximité du produit concerné, de la présence des 14 ADO dont le céleri, de façon à ce qu'il n'existe aucun doute pour le consommateur. Vous pouvez demander à avoir accès à ces informations.

Réglementation européenne « INCO » (n°1169/2011)

L'ÉTIQUETAGE DE PRÉCAUTION SUR L'ÉTIQUETTE DES ALIMENTS, QU'EST-CE QUE J'EN FAIS ?

La consommation des produits portant la mention « traces » est autorisée dans la grande majorité des cas car cet étiquetage n'est pas clairement réglementé.

« peut contenir... » « traces éventuelles... » « traces de... » « fabriqué dans un atelier qui utilise... »

DANS QUELS PRODUITS J'EN TROUVE ?



Cette liste d'exemples ne peut être considérée comme exhaustive, étant donné le changement fréquent de composition des produits et l'apparition de nouveautés (nouvelles marques, nouvelles compositions,...). C'est pourquoi, **il est indispensable de vérifier la liste des ingrédients, lors de chaque achat et avant toute consommation.**

Préparations de légumes :

Purée de légumes, poêlées et gratins de légumes, salade composée (crudités), **céleri rémoulade**, certaines macédoines, **potage** (velouté, minestrone, déshydraté ...), **plateau apéro avec du céleri branche**, chips de rave, tartinade apéro ...



Plats cuisinés : Nouilles chinoises...
Charcuteries : Jambons, pâtés, saucissons, (le céleri est surtout présent dans le bouillon de conservation de la viande)

Sauces et condiments : Vinaigrette, certaines mayonnaises, ketchup, moutarde, les sauces préparées...



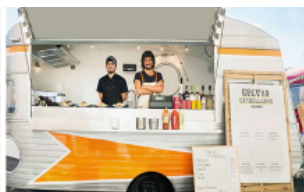
Epicerie salée : Mélanges d'herbes, d'épices, d'aromates, fines herbes, cube de bouillon, fonds de viandes ou légumes, sel de céleri, graines de céleri, court-bouillon, bouquet garni, beurre aux épices, herbes, aromates, marinades ...

Boissons : Jus de légumes (tomate), tisanes, infusions, boissons bio, certains cocktails/liqueurs...

SITUATIONS À RISQUE ? OÙ ET QUAND FAIRE PARTICULIÈREMENT ATTENTION ?



Restauration à table
Cuisine française ou étrangère, cafétéria, fast food...



Restauration nomade
Stand de marché, de foire, food truck, snack, boulangerie...



Restauration collective
A l'école, au travail, en établissement de santé...



Restauration festive
Cercle familial, amical ou professionnel, goûter d'anniversaire, apéritif, cocktail.



IMPORTANT = PREVENIR systématiquement l'entourage de la personne allergique : enseignants, personnels encadrants, amis, famille, collègues, ... Dès qu'il y a une nouvelle personne dans l'entourage, s'assurer qu'elle est avertie de l'allergie (enseignant remplaçant, nouvel animateur, nouveau professeur...)



À l'étranger : Allergie / Céleri, Anglais : Allergy / Celery, Allemand : Allergie / Sellerie, Espagnol : Alergia / Apio, Italien : Allergia / Sedano, Portugais : Alergia / Salsão, Arabe : Hasasia/Karfs كرفس