

Décryptez les étiquettes

Ils sont omniprésents dans les produits de l'agroalimentaire. Comment faire le tri entre les arômes naturels et ceux qui le sont moins. Décryptage pour acheter en connaissance de cause.

Les arômes sont les composants les plus discrets des produits de l'agroalimentaire. Ils figurent généralement en fin de liste des ingrédients, juste après les additifs, facilement repérables grâce au symbole «E». Et pourtant, on en consomme 17000 tonnes par an en France! D'accessoire, l'arôme est devenu central dans les aliments industriels, allant même parfois jusqu'à remplacer certaines matières premières. Dans un yaourt saveur fraise, par exemple, il n'y a pas l'ombre d'une fraise. Principalement pour des raisons de coût, mais aussi de standardisation des saveurs, de facilité

d'approvisionnement et de stockage. Bref, ces poudres magiques sont pain bénit pour l'industrie. Leur ajout est souvent une nécessité pour masquer l'indigence de la matière première. Mais, subrepticement, ils habituent les enfants à des goûts primaires et artificiels qui les détournent peu à peu des saveurs plus subtiles des produits naturels. Quant à leurs effets sur la santé, on les connaît encore mal, même si la réglementation européenne a établi une liste des substances aromatiques autorisées, sur la base d'avis scientifiques de l'EFSA (Autorité européenne de sécurité des aliments).

Les arômes sont souvent chimiques.



BURGER/PHANIE

QU'EST CE QU'UN ARÔME ?

Selon la législation européenne, les arômes sont des produits non destinés à être consommés tels quels. On les ajoute aux denrées alimentaires pour leur conférer une odeur ou un goût, ou modifier ceux-ci.

NATUREL OU CHIMIQUE ?

Il existe quatre grandes familles d'arômes.

LES ARÔMES NATURELS. Ils proviennent d'une matière première d'origine animale ou végétale. C'est le cas de l'huile essentielle de menthe ou de l'eau de fleur d'oranger. Mais les arômes «naturels» ne sont pas toujours extraits de la source dont ils ont le goût. Ainsi, l'arôme de fraise peut être créé par voie biotechnologique (fermentation microbienne ou enzymatique) à partir de copeaux de bois, ou encore la vanilline (constituant majeur de la vanille) peut être produite à partir d'acide férulique issu du son de riz. Les molécules obtenues de cette façon figurent parmi celles que l'on trouve dans la vanille ou dans la fraise, mais elles ne peuvent assurer à elles seules la complexité aromatique du produit original. On a pu ainsi isoler 170 molécules aromatiques différentes dans un extrait de gousse de vanille.



LES ARÔMES DE SYNTHÈSE.

La plupart sont chimiquement identiques à une substance présente dans la nature: c'est le cas du l-menthol, similaire au l-menthol isolé à partir de l'huile essentielle de menthe. Mais il peut s'agir aussi de substances artificielles. Le cas le plus typique est celui de l'éthylvanilline, un composé trois à cinq fois plus puissant que la vanille et deux cents fois moins cher.

LES ARÔMES DE TRANSFORMATION. On les obtient par chauffage à partir d'un mélange d'ingrédients n'ayant pas obligatoirement de propriétés aromatisantes au départ. Selon les cas, ils reproduisent les arômes de viande grillée, de poulet rôti, de caramel, etc.

LES ARÔMES DE FUMÉE. La fumée issue de la combustion de bois peut être recueillie sous forme de condensats d'où sont tirés des mélanges aromatisants. Comme il ne s'agit pas d'un fumage traditionnel, les arômes de fumée doivent être mentionnés dans la liste des ingrédients.

DU FLOU DANS L'ÉTIQUETAGE

Le terme générique «arôme» recouvre des produits très différents, en termes de procédé d'obtention et/ou d'ingrédients. Et si les opérateurs entretiennent un flou artistique dans l'étiquetage, c'est qu'ils y ont tout intérêt, aidés en cela par une réglementation qui favorise toutes les ambiguïtés.

► **Arôme naturel de X (exemple: arôme naturel de vanille).** 100% naturel, il provient quasi exclusivement de la substance aromatisante dont il reproduit l'arôme (ici, les gousses de vanille).

► **Arôme naturel (sans qualificatif).** Lui aussi est issu quasi exclusivement d'une substance ou d'une préparation aromatisante naturelle. Mais il ne provient pas toujours de la source dont il a le goût.

► **Arôme (sans qualificatif).** Il s'agit de la dénomination par défaut

pour tout type d'arôme. Mais comme le «naturel» est toujours valorisant pour le consommateur, si ce qualificatif est absent de l'étiquette, pas de doute, l'arôme est synthétique.

► **Arôme X (par exemple, arôme vanille ou arôme fraise).** Cette dénomination est ambiguë. Le terme arôme laisse entendre qu'il est extrait de la substance naturelle dont il reproduit le goût. Mais ce n'est la plupart du temps pas le cas (sinon, pourquoi le fabricant se priverait-il de le mentionner?), la molécule utilisée est un pur produit chimique! La réglementation tolère pourtant cette mention qui prête à confusion. Selon la Direction générale de la concurrence, de la consommation et de la répression des fraudes (DGCCRF), il serait préférable d'utiliser «saveur X» ou «goût X». ♦