



Le Nouveau guide des additifs - Ceux qui sont sûrs, ceux qui ne le sont pas

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Téléchargez et lisez en ligne **Le Nouveau guide des additifs - Ceux qui sont sûrs, ceux qui ne le sont pas Collectif**

280 pages

Présentation de l'éditeur

Voici le premier guide grand public sur les additifs basé sur la science. Vous saurez en quelques secondes si un aliment peut être acheté sans inquiétude.

Vous découvrirez ce que cachent réellement les codes ou les noms compliqués qui figurent sur les emballages : des additifs sans risque comme le E 330 ou le E 920, ou plus problématiques comme le E 250 ou le E 621.

Pour classer les 338 additifs autorisés, nous avons analysé les études scientifiques et défini 4 catégories :

rouge : additif qu'il vaut mieux éviter

orange : à éviter dans des circonstances précises

gris : additif douteux

vert : additif qui ne pose pas de problèmes

Avec, pour chaque additif : les aliments dans lesquels on le trouve, la dose à ne pas dépasser et s'il vaut mieux l'éviter chez l'enfant ou en cas d'allergie, diabète, maladie rénale, prédisposition au cancer, risque cardio-vasculaire...

Parmi les révélations de ce livre :

Les 7 colorants soupçonnés de favoriser l'hyperactivité

Pourquoi les additifs au phosphate sont sur la sellette

Comment les émulsifiants peuvent perturber la flore intestinale

7 édulcorants à éviter en cas de glycémie élevée

Biographie de l'auteur

Ce guide a été réalisé par les journalistes scientifiques de LaNutrition.fr sous la direction d'Anne-Laure Denans, docteur en pharmacie et diplômée en nutrition.

Download and Read Online **Le Nouveau guide des additifs - Ceux qui sont sûrs, ceux qui ne le sont pas Collectif** #GJT69CUWYDZ

Lire Le Nouveau guide des additifs - Ceux qui sont sûrs, ceux qui ne le sont pas par Collectif pour ebook en ligne
Le Nouveau guide des additifs - Ceux qui sont sûrs, ceux qui ne le sont pas par Collectif Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres
Le Nouveau guide des additifs - Ceux qui sont sûrs, ceux qui ne le sont pas par Collectif à lire en ligne.
Online Le Nouveau guide des additifs - Ceux qui sont sûrs, ceux qui ne le sont pas par Collectif ebook
Téléchargement PDF
Le Nouveau guide des additifs - Ceux qui sont sûrs, ceux qui ne le sont pas par Collectif Doc
Le Nouveau guide des additifs - Ceux qui sont sûrs, ceux qui ne le sont pas par Collectif Mobipocket
Le Nouveau guide des additifs - Ceux qui sont sûrs, ceux qui ne le sont pas par Collectif EPub
GJT69CUWYDZGJT69CUWYDZGJT69CUWYDZ