



ASSOCIATION QUÉBÉCOISE
DES ALLERGIES ALIMENTAIRES

Sulfites

Mots-clés pour les sulfites :

Synonymes de sulfite:

Acide sulfureux, anhydride sulfureux, agents de sulfitage, bisulfite/dithionite/métabisulfite/sulfite de sodium, bisulfite/métabisulfite de potassium, dioxyde de soufre, dithionite de sodium, E220, E221, E222, E223, E224, E225, E226, E227, E228 (noms européens)

Sources très probables de sulfite:

Ale, bière, boissons gazeuses, cidre, condiments (choucroute, cornichons, ketchup, moutarde, relish, raifort, oignons marinés ...), confiture, fruits confits/cristallisés (ex. : pommes, raisins, cerises au marasquin), fruits/légumes en conserve ou congelés (ex. champignons, olives, petits pois, poivrons, tomates), fruits/légumes séchés (ex. pommes, abricots, noix de coco, tomates, papayes, pêches, poires, ananas, raisins), garnitures aux fruits, gélatine, gelées, guacamole commerciale, grignotines (ex. barres aux fruits, bonbons, croustilles de maïs, mélanges montagnards, tablettes de chocolat,...), jus/concentré de citron et de lime, jus de fruits/légumes (ex. : raisin, raisin blanc), jus de noix de coco, marmelade, mélasse, mélanges de féculents frits/congelées/déshydratées/en purée/pelées/précoupées (ex. : maïs, pommes de terre, betteraves à sucre, nouilles, riz), mincemeats, muesli, pâte/pulpe/purée de tomates, pectine, raisins frais, sauces, salade de chou, salade de fruits commerciale, sirops aux fruits, sirops de sucre (ex. : sirops de glucose, matières sèches de glucose, sirops de dextrose), soupes/mélanges à soupe, thé, vins (alcoolisé/non-alcoolisé), vinaigre, vinaigre de vin, vinaigrettes.

***Source possible de sulfite :**

aliments transformés, assaisonnements, céréales, charcuteries, craquelins, crustacés et mollusques (ex. : crevettes), épices (ex. : cari), fécule ou semoule de maïs, fines herbes séchées, glucose, hot dogs, laitue, mollusques, poissons, produits à base de soja, produits de boulangerie (ex. : pains, biscuits, gâteaux, gaufres), saucisses, etc.

***Source possible non alimentaire de sulfite :**

Épinéphrine, solution de désinfection de bouteilles pour la fabrication de bière maison

* Ces aliments ou ingrédients ne contiennent pas nécessairement de sulfites, mais il est souhaitable de le vérifier en lisant bien l'étiquette ou en contactant le manufacturier ou le cuisinier afin de s'en assurer. Ces sources possibles sont données pour vous aider à repérer les allergènes mais ne constituent pas une liste exhaustive. Il est important de bien lire les étiquettes et de s'informer pour chaque aliment consommé.