

## Arachide



Allergène

Etiquetage  
Obligatoire**Synonymes :**Cacahuète  
*Arachis hypogae***Famille botanique :**Légumineuses  
(Papillonacées)**Production :**Afrique, Amérique du Sud,  
Etats-Unis, Asie**Utilisation**

Nature, et comme ingrédient ou adjuvant dans l'industrie agro-alimentaire

L'arachide peut être consommée :

**1. Sous forme native**

- Cacahuètes grillées et /ou salées
- Beurre de cacahuète
- Mélanges apéritifs potentiellement contaminés par de l'arachide

**2. Dans des produits alimentaires d'origine industrielle (étiquetage obligatoire dans la CEE depuis 2005)**

- Biscuits apéritifs en particulier à base de cacahuète soufflée
- Pains spéciaux, potages
- Plats cuisinés, sauces (mafé...),
- Céréales du petit déjeuner, gâteaux, chocolats, desserts (crèmes, glaces...), friandises
- Fréquemment retrouvée dans l'alimentation africaine et asiatique

**Observations**

L'arachide est un aliment pouvant entraîner des réactions parfois sévères chez les personnes qui y sont allergiques. Sa consommation doit alors être évitée.

L'éviction des **traces d'arachide**, des **fruits à coque** et des autres aliments de la famille des **légumineuses** est à considérer au cas par cas. Les **huiles d'arachide** provenant de la CEE sont maintenant très raffinées et contiennent des quantités infinitésimales d'arachide ; elles ne sont plus nécessairement exclues du régime des personnes allergiques à l'arachide, sauf si la sensibilité est extrême. Dans tous les cas, l'étendue du régime d'éviction doit être établie selon les recommandations du médecin.

Allergies croisées possibles avec d'autres **légumineuses** (**farine de lupin, petits pois, lentilles...**) ainsi qu'avec des **fruits à coque** (**amande, noisette, noix de cajou...**)