

Noix



Allergène

Etiquetage
Obligatoire

Synonymes :
Juglans regia

Famille botanique :
Juglandaceae

Production :
France, Chine, Etats-Unis, Turquie, Iran

Utilisation

Alimentaire

La noix peut être consommée :

- en graines apéritives ou dans des mélanges de graines apéritives
- en association à des pains, salades, fromages, charcuteries
- dans des friandises, miel
- dans des desserts (gâteaux, glaces, décors de glaces...)
- sous forme de liqueur, de vin de noix
- sous forme d'huile

Observations

La noix peut être responsable d'allergie alimentaire et sa consommation, y compris sous forme d'huile, doit alors être évitée. L'éviction de l'arachide et des autres fruits à coque est à considérer au cas par cas sur avis médical.

Propriétés nutritives

Riche en fibres, sels minéraux acides gras insaturés, vitamines...
700Kcal/100g

Cette fiche d'information et d'aide ne constitue pas une prescription et ne saurait en aucun cas engager la responsabilité d'Eassafe et de ses auteurs. Toute décision concernant un éventuel régime d'éviction nécessite un avis médical.

Septembre 2009
Copyright © Eassafe