

Les arômes ont-ils un impact sur la valeur nutritionnelle d'un produit alimentaire?

Les arômes n'ont aucun impact significatif sur la valeur nutritionnelle d'un produit alimentaire (boissons, produits laitiers, biscuits sucrés et salés, etc.). Ils contribuent à améliorer le goût de l'aliment tout en préservant la même expérience de dégustation, y compris pour les produits à faible valeur énergétique.

L'Association Européenne des Arômes (EFA), salue la stratégie de la Commission européenne (CE), « De la Ferme à la Table » ainsi que les initiatives associées d'étiquetage nutritionnel sur la face avant des emballages. En tant qu'important fournisseur d'ingrédients à l'industrie alimentaire européenne, la filière des arômes fait partie intégrante de la chaîne de valeur « de la Ferme à la Table ». En matière de sécurité, la transparence est primordiale, quel que soit le secteur, tant pour les autorités que pour les entreprises et les consommateurs.

Tout système d'étiquetage nutritionnel sur la face avant des emballages mis en place à l'avenir par l'Union européenne doit viser à sensibiliser les consommateurs

et être construit en collaboration avec toutes les parties prenantes. En ce qui concerne l'utilisation des arômes, l'EFA souhaite échanger de manière constructive avec tous les acteurs concernés et présenter les informations (scientifiques) nécessaires. Notre objectif commun devrait être de construire un système d'étiquetage nutritionnel sur la face avant des emballages basé sur des données scientifiques et harmonisé dans toute l'Union européenne.

Dans ce contexte, l'EFA souhaite confirmer l'impact négligeable des arômes sur la valeur nutritionnelle d'un produit alimentaire. L'EFA souhaite également présenter des données factuelles complémentaires concernant les arômes.

Qu'est-ce qu'un arôme et pourquoi les utilise-t-on ?

Les arômes sont des ingrédients apportant saveur, goût et variété aux aliments que nous consommons. Ils ne sont pas destinés à être consommés en l'état, mais à être ajoutés aux denrées alimentaires pour leur conférer une odeur et/ou un goût ou les modifier.

Les arômes ne peuvent pas conférer un goût exclusivement sucré, acide ou salé.¹



Créativité

Les arômes donnent aux aliments une saveur unique et un goût qui rappelle des souvenirs et fait naître des émotions. Ils nous procurent de nombreuses saveurs et sensations gustatives. Ils améliorent également la perception globale et favorisent la reconnaissance du profil gustatif, notamment en réintroduisant des goûts perdus au cours de la transformation des aliments.



Durabilité

Les arômes nous aident à utiliser de manière durable les ressources limitées qu'offre la terre. Les entreprises qui produisent des arômes sont innovantes, économes en ressources et elles utilisent des processus plus écologiques, qui réduisent à leur tour l'utilisation de matières premières. La Charte Développement Durable (*Sustainability Charter*), développée par les associations internationales des arômes et des parfums, en est un exemple.



Alimentation équilibrée

Les arômes favorisent une alimentation (ou un mode de vie) équilibrée en préservant le goût savoureux des produits, y compris de ceux à teneur réduite en sel, en sucre ou en matières grasses, afin d'aider les consommateurs à faire le meilleur choix pour leur santé. En outre, les arômes contribuent à accroître l'acceptation et la préférence des consommateurs pour certains produits nutritionnels.

Pourquoi les arômes n'ont-ils qu'un impact négligeable sur la valeur nutritionnelle d'un produit alimentaire?

- Les arômes sont ajoutés en très petite quantité dans les produits alimentaires : selon le type de produit, généralement entre 0,01 % à 2% environ.
- En règle générale, les ingrédients possédant des propriétés aromatisantes n'appartiennent pas à une catégorie spécifique de nutriments. Ainsi, ces ingrédients ne sont pas présumés impacter de manière significative la valeur nutritionnelle de l'aliment.
- La valeur nutritionnelle d'un produit alimentaire dépend de ses autres principaux ingrédients et de leur mélange.

Par conséquent, la contribution des arômes à la valeur nutritionnelle totale d'un produit alimentaire est limitée, voire négligeable.

Prenons un exemple: La valeur énergétique d'un yaourt aux fraises



Yaourt aux fraises



Yaourt aux fraises, aromatisé

Valeur énergétique: 366 kj (87kcal) /100g

Valeur énergétique: 366 kj (87kcal) /100g

La valeur énergétique des deux yaourts est équivalente. L'apport des arômes est tellement minime que, selon les règles d'arrondi fixées par l'Union européenne en lien avec le Règlement (UE) n° 1169/2011, il peut être considéré comme négligeable. Par conséquent, la valeur énergétique inscrite sur l'étiquette sera la même.

Il en va de même pour d'autres aliments. De ce fait, peu importe que le produit choisi par le consommateur contienne des arômes ou non : la valeur énergétique du produit sera la même. En effet, les arômes ajoutés à un produit alimentaire ont un impact négligeable sur le nombre de calories.

Références scientifiques

Food and Agriculture Organization of the United Nations (2003) Food energy - methods of analysis and conversion factors. FAO Food And Nutrition Paper 77, Report of a Technical Workshop, Rome, 3-6 December 2002
"Chapter 3: Calculation Of The Energy Content Of Foods – Energy Conversion Factors".

Merrill, A.L. and Watt, B.K. (1973) Energy Value of Foods: Basis and Derivation. Agriculture Handbook No. 74, ARS United States Department of Agriculture, Washington DC.
<https://www.ars.usda.gov/ARSUserFiles/80400525/Data/Classics/ah74.pdf>

Références juridiques

Codex Alimentarius Directives concernant l'étiquetage nutritionnel (CAC/GL-2-1985 (Rev. 2 –2011)

UE Règlement (UE) n° 1169/2011 concernant l'information des consommateurs sur les denrées alimentaires
Règlement (UE) n° 1334/2008 relatif aux arômes