

Le piège du « clean label »

La faille juridique dans les produits carnés

BENJALEX A DÉVOILÉ L' EUROPE !

« Sans » ou simplement trompeur ?

1. De quoi s' agit-il ?

Les produits carnés portant des mentions comme « Pure », « sans additifs » ou « uniquement des ingrédients naturels » sont choisis par beaucoup de personnes parce qu' elles veulent éviter les conservateurs, surtout le nitrite de sodium (E250).

En réalité, il ne s' agit souvent pas du fait que le fabricant n' utilise pas de nitrite, mais du fait qu' il crée le même composé dans le produit par une autre voie.

Le piège se trouve dans la réglementation et dans le choix des mots.

Juridiquement, le fabricant ne ment pas, car les règles lui permettent de formuler les choses autrement. Mais cela induit l' acheteur en erreur.

2. Les deux voies : que fait l' usine ?

La voie traditionnelle, que tout le monde connaît :

Le fabricant prend la viande, y mélange du E250 (nitrite de sodium), et c' est terminé. L' étiquette indique : « nitrite de sodium (E250) ». C' est honnête et clair.

La nouvelle voie, le « clean label » :

Le fabricant prend la viande. Il n'ajoute pas de E250. À la place, il ajoute de la poudre de céleri (ou du jus de betterave, de la poudre d'épinards, un « extrait d'épices » - ce sont des légumes riches en nitrates). Puis il ajoute une culture starter. Ce n'est rien d'autre qu'une culture bactérienne, le plus souvent *Staphylococcus carnosus*.

Et voici l'essentiel : les bactéries consomment le nitrate et libèrent du nitrite. Le même composé que fournirait le E250. Exactement le même. La viande contient le même nitrite, il donne la même couleur et assure le même effet conservateur.

La différence ? Le E250 n'apparaît pas sur l'étiquette.

3. Quel est le résultat ?

Du nitrite de sodium est présent dans le produit final, exactement le même composé que nous connaissons sous le nom de E250. Il n'a simplement pas été ajouté directement, mais il s'est formé par la réaction entre l'« extrait d'épices » et la « culture starter ».

C'est pourquoi il n'apparaît pas sur l'étiquette comme E250, mais sous les noms « poudre de céleri », « extrait d'épices » et « culture starter ». Formellement, le fabricant n'ajoute pas de nitrite de sodium, mais à cause de la technologie, ce composé se forme tout de même dans le produit.

Du point de vue du résultat final, il se passe la même chose : l' organisme entre en contact avec du nitrite de sodium.

4. Où se situe exactement la tromperie ? Et pourquoi est-ce pourtant autorisé légalement ?

À l' avant de l' étiquette : En grandes lettres, on lit « sans nitrite ajouté » ou « no nitrite added ». C' est techniquement vrai, car le fabricant ne met pas directement de nitrite dans la viande. Mais les bactéries le créent. Il est présent dans le produit final.

Au dos de l' étiquette : En petits caractères, avec un astérisque, il est écrit quelque chose comme « ... sauf ceux qui sont naturellement présents ». Personne ne lit cela. Le fabricant a respecté la règle, car il l' a écrit. Mais il l' a fait de manière à faire disparaître l' essentiel.

Dans la liste des ingrédients : On y trouve de la poudre de céleri, du jus de betterave, un « extrait d' épices », une culture starter. Cela ne paraît pas dangereux. Du céleri ? C' est sain.

Dans la réglementation :

- **Aux États-Unis, selon les règles actuelles de l' USDA (Food Safety and Inspection Service), si le nitrite n' entre pas dans la viande comme additif synthétique mais se forme « naturellement », le produit doit**

obligatoirement porter la mention « Uncured » ou « No nitrate or nitrite added ». Autrement dit, la loi impose d' inscrire ce texte. Le fabricant ne peut pas décider autrement. La réglementation elle-même crée la confusion.

- Dans l' UE, la poudre de céleri doit obligatoirement être indiquée dans la liste des ingrédients, et le nitrite formé dans le produit final est également réglementé. De plus, la position SCoPAFF A.09 de la Commission européenne qualifie cette pratique d' utilisation intentionnelle d' additif. Mais la mention « sans E250 ajouté » peut tout de même être utilisée ici aussi, et l' acheteur peut croire de la même manière qu' il achète un produit sans nitrite.

Le fabricant ne viole donc pas la loi. La loi lui donne un moyen d' induire

l' acheteur en erreur. Ce n' est pas une fraude punissable juridiquement. C' est une tromperie légalement autorisée.

5. Pourquoi font-ils cela ?

Parce que l' acheteur l' a demandé. Les gens ont commencé à éviter le E250. Le fabricant ne voulait pas vendre moins. Ils ont donc trouvé comment vendre le même produit sans E250, tout en obtenant finalement la même chose dans le produit. Et l' acheteur est content parce qu' il croit avoir choisi. Mais ce n' est pas le cas !!

Le marketing appelle cela « clean label », c' est-à-dire « étiquette propre ».

L' étiquette est propre. Le produit ne l' est pas.

6. Le risque de cancer

Simplement :

- **L' « extrait d' épices » contient du nitrate**
- **La « culture starter » contient des bactéries**
- **La bactérie transforme le nitrate en nitrite**
- **Le résultat final est le même que si le fabricant avait ajouté directement du E250**

Ce nitrite peut ensuite se transformer dans l' organisme. Des nitrosamines peuvent se former, substances que le Centre international de recherche sur le cancer (IARC) classe comme cancérogènes.

La mention « sans » ne signifie donc pas nécessairement que le composé est absent. Souvent, elle signifie seulement qu' il n' a pas été ajouté directement. Du point de vue du résultat final, pourtant, il se passe la même chose.

7. Que dois-tu faire si tu ne veux pas être induit en erreur ?

Retourne l' emballage. Ne regarde pas le texte en grandes lettres, mais la liste des ingrédients. Si l' un de ces éléments apparaît, tu peux savoir que du nitrite s' est formé dans le produit :

- poudre de céleri (celery powder / celery juice powder)

- jus de betterave / poudre de betterave (beetroot juice / powder)
- poudre d' épinards (spinach powder)
- culture starter (starter culture)
- jus de kale / poudre de kale (kale juice / powder)
- « extrait d'épices » (spice extract)

Si tu vois ces ingrédients et que l' emballage affirme « sans nitrite ajouté », alors c' est exactement la méthode décrite ici qui a été utilisée.

8. Qui dit cela ? Benjalex ne l' a pas inventé.

Je ne l' ai pas inventé. La profession l' a documenté. Voici les preuves :

« La poudre de céleri, en tant que source naturelle de nitrate, combinée à une culture starter, est l'une des sources de nitrite les plus fréquemment utilisées dans les produits carnés naturels et biologiques. »

— American Meat Science Association (AMSA), Alternative Curing, publication professionnelle

« Le remplacement du nitrite implique souvent l'utilisation de légumes riches en nitrates avec des cultures starter réductrices de nitrate ou des poudres de nitrite préconverties afin d'assurer une production suffisante de nitrite. »

— Revue MDPI Foods, « Clean-Label Strategies for the Replacement of Nitrite, Ascorbate and Phosphate in Meat Products », 2025

« Au cours des 10 dernières années, les procédés de “salaison naturelle” se sont progressivement développés à partir de sources de nitrates contenant de la poudre de céleri et de cultures starter. »

— Sebranek, Joseph G. (Iowa State University), Jackson-Davis, A.L., Myers, K.L., Lavieri, N.A. — Meat Science, 2012

« Nous demandons à l'autorité de supprimer l'exigence selon laquelle ces produits doivent porter la mention “Uncured” et/ou “No Nitrate or Nitrite Added”. »

— Center for Science in the Public Interest (CSPI) — Petition 19-03, USDA FSIS, 29 août 2019

« La poudre de céleri combinée à une culture starter est la méthode de salaison naturelle la plus couramment utilisée et, du point de vue du résultat final, elle ne diffère pas de l'ajout de nitrite synthétique. »

— Yong, Hae In (Korea Food Research Institute / Chungnam National University), Kim, Tae-Kyung, Choi, H.D., Jang, H.W., Jung, S., Choi, Y.S. — Food Science of Animal Resources, 2021, 41, 173-184

« La position SCoPAFF A.09 de la Commission européenne qualifie cette pratique d'utilisation intentionnelle d'additif. »

— Commission européenne, Standing Committee on Plants, Animals, Food and Feed (SCoPAFF), position A.09

9. Benjalex ne lit pas seulement l' étiquette

Benjalex regarde ce qui se passe dans le produit.

Il ne suffit pas de lire ce qui est écrit sur l' emballage. Il faut regarder ce qu' il contient et comment cela s' est formé. Si un produit « sans » contient le même composé qu' un produit qui n' est pas « sans », alors la mention « sans » n' a aucun sens. Ou plus précisément : elle est trompeuse.

Le fabricant pourrait-il mettre une étiquette disant : « Ce produit n' a pas été traité avec du E250, mais avec de la poudre de céleri et des bactéries qui produisent à partir du nitrate du céleri exactement la même quantité de nitrite de sodium que le E250 » - l' achèterais-tu ?

Non. Personne ne l'achèterait. C'est pourquoi ils ne l'écrivent pas ainsi. C'est pourquoi ils écrivent « sans nitrite ajouté ». Et c'est autorisé légalement. Mais cela reste trompeur.

Ne te laisse pas avoir.

Sources : Yong H.I. et al. (Food Sci. Anim. Resour. 2021), Sebranek J.G. et al. (Meat Science 2012), American Meat Science Association (Alternative Curing), CSPI Petition 19-03 (USDA FSIS 2019), MDPI Foods (2025), Commission européenne, position SCoPAFF A.09.

Pour une bonne nourriture, il faut de bons ingrédients
Pour l'analyse, il faut Benjalex !

Sais-tu ce que tu manges ?

Équipe Benjalex