

Démêler le vrai du faux sur les arômes alimentaires

Les réponses aux 9 questions que vous avez toujours voulu poser sur les arômes alimentaires

1. Les arômes alimentaires sont utilisés dans de très nombreux produits alimentaires : Vrai ✓

Les arômes sont une des sources d'innovation de l'alimentaire, tant artisanal qu'industriel. Ils peuvent remplir différents rôles : donner du goût à des produits qui n'en ont pas (eaux aromatisées), maintenir un goût agréable dans des produits allégés en sucre par exemple.



2. Les arômes alimentaires sont complexes à produire : Vrai ✓

Quand il crée un arôme, l'aromaticien a une palette d'ingrédients à sa disposition qu'il peut combiner pour obtenir le goût et l'effet souhaité, un peu comme un chef cuisinier ! Le goût et l'odorat sont des sens très complexes et il faut souvent de très nombreux ingrédients aromatiques pour que le résultat soit à la hauteur des exigences des papilles des consommateurs. Le chocolat par exemple est composé de près de 400 constituants aromatiques.



3. Les arômes alimentaires sont tous artificiels : Faux ✗

Les entreprises produisent une multiplicité de types d'arômes différents. En effet, selon le produit alimentaire dans lequel l'arôme sera incorporé (yaourt, biscuit, boisson, etc.), selon la demande du consommateur, selon les contraintes de fabrication (techniques, type de matière première, etc.) le type d'arôme utilisé ne sera pas le même. Aujourd'hui, près de 70% des arômes produits sont naturels, et la France est leader dans la production d'arômes naturels.

4. On ne sait jamais quel type d'arôme est incorporé dans un aliment : Faux ✗

En lisant la liste des ingrédients sur le produit alimentaire que vous avez acheté, vous saurez quel type d'arôme a été ajouté. Par exemple, si vous lisez "un arôme naturel de citron" ou un "arôme naturel citron", c'est que l'arôme est issu à au moins 95% du citron.

Les dénominations des arômes sont encadrées par les règles du **Règlement européen (CE) n°1334/2008**.



5. Les arômes alimentaires déforment le goût : Faux (✗)

Tout d'abord, l'industrie alimentaire offre le choix au consommateur. Les produits "nature", non aromatisés, coexistent avec les produits aromatisés. Mais cette option peut paraître austère à la longue à certains. Ensuite, contrairement à certaines idées reçues, chaque arôme apporte une expérience de dégustation différente aux consommateurs. Des bonbons goût banane pourront avoir un goût différent d'un yaourt goût banane, le goût et l'effet recherchés par le consommateur ne sont pas les mêmes... et heureusement, car l'uniformisation des goûts serait bien triste. A chaque produit, à chaque instant de consommation, son arôme.

6. Les arômes alimentaires peuvent contribuer à ce que les produits à faible teneur en sucre ou en sel restent savoureux : Vrai (✓)

Comme toute la filière alimentaire, les producteurs d'arômes sont aujourd'hui engagés pour apporter leur pierre à l'édifice pour favoriser une alimentation équilibrée. Ainsi, les entreprises proposent des solutions aromatiques qui une fois ajoutées à des produits qui contiennent moins de sel, ou de sucre, contribuent à en arrondir et optimiser la saveur. Choisir un régime équilibré ne se fera donc pas aux dépens du goût !

7. Les arômes alimentaires sont mauvais pour la santé : Faux (✗)

Les arômes sont ajoutés en très faible quantité dans les aliments, à hauteur de 0,1 à 2% du produit fini en moyenne. Les ingrédients des arômes ont été évalués par l'EFSA (Autorité Européenne de Sécurité des Aliments) et ont fait l'objet d'autorisations officielles. Les arômes que vous retrouvez dans vos assiettes ne présentent donc pas de danger pour votre santé.

8. Les arômes naturels sont meilleurs que les arômes artificiels : Faux (✗)

Les arômes alimentaires, qu'ils soient naturels ou non naturels, sont composés d'ingrédients qui ont été évalués, jugés sûrs pour la santé des consommateurs aux doses d'emploi et autorisés au niveau européen. Bien évidemment, les ingrédients et les procédés de fabrication diffèrent selon les types d'arômes mais chaque arôme a ses atouts, que ce soit en termes de goût ou de durabilité.

9. Les arômes alimentaires apportent de la diversité gustative aux aliments : Vrai (✓)

Les arômes ne standardisent pas le goût, au contraire ! Les producteurs d'arômes créent précisément des arômes pouvant s'adapter aux goûts des consommateurs qui varient grandement selon les pays. Ainsi un arôme naturel de fraise pourra apporter une note différente pour le consommateur français, allemand ou encore japonais.

