

Les colorants alimentaires

En vert considéré comme inoffensif

En orange risque non négligeable (allergie, intolérance)

En rouge risque très important d'allergie ou d'intolérance

N° CE	couleur	Nom de l'Additif	Origine	Commentaires
E 100	Jaune	Curcumine	N	Végétal , non toxique.
E 101	id	Riboflavine	S ou N ou OGM	Vitamine B2. Considérée comme non toxique et même bénéfique à faible dose, il est cependant déconseillé de la consommer à l'excès
E120	Rouge	Cochenille, acide carminique	N	La cochenille est un puceron
E 141	id	Complexes cuivriques des chlorophylles & chlorophyllines	N	Toxicité non évaluée. cf E140
E 160 a,b, c, d	Orange	Caroténoïdes	N	Végétal , non toxique si bien extrait . E 160b provient du Rocou, E160c du paprika (des cas d'allergie au paprika sont connus), E160d est du lycopène (tomate...)
E 160 e, f	Orange	Caroténoïdes de synthèse	S	e = apocarotenal-8' (C ₃₀), f = Ester éthylique de l'acide apocaroténique-8' (C ₃₀). Risques inconnus
E 162	rouge	Bétanine (Rouge de betterave)	N	Végétal non toxique (extrait sans solvant)
E 163	bleu	Anthocyanes	N	Végétal , non toxique (solvants d'extraction sans danger, sauf méthanol). Ne peuvent être extraits que de fruits ou de légumes comestibles
E 170	Blanc	Carbonate de calcium (ou calcaire ou Pigment blanc CI n° 18, craie)	N	Non toxique. Signalons qu'il est déconseillé (sauf en cas de décalcification) de boire quotidiennement des eaux contenant trop de calcaire (troubles digestifs), mais que cela est recommandé sous forme d'apport quotidien modéré. Autorisé seulement en surface. Autorisé logo AB
E 172	Rouge	Oxydes de fer	N	Autorisé seulement en surface
E 174	Argent	argent	N	Autorisé seulement en surface
E 175	Or	Or	N	Autorisé seulement en surface
E 132	id	Indigotine	S	Inocuité très controversée, serait cause de cancer
E 140	Verts à bleu-noir	Chlorophylle et Chlorophyllines [E 140 (ii)]	N	Végétal, non toxique si le solvant est non toxique, sinon doute sur la toxicité à haute dose. Solvants autorisés pour l'extraction : acétone (Toxique), méthyléthylcétone (T), dichlorométhane (T), dioxyde de carbone (non toxique), méthanol (T), éthanol (NT, végétal, alimentaire), propanol-2 (T) et hexane (T).
E 142	id	Vert acide brillant BS (lissamine)	S	Inocuité controversée : sel monosodique du sel interne hydroxyde de N-méthyl N-[[diméthylamino-4 phényl] (hydroxy-2 disulfo-3,6 naphtyl) méthylène]-4 cyclohexadiène-2,5 ylidène-1] méthaneaminylium]
E 150 a, b, c	Brun	Caramel	N/S/ OGM	Avant l'arrivée des OGM, ce produit végétal (du sucre chauffé avec de l'acide acétique pour E 150 a) était inoffensif. Aujourd'hui, il y a un risque grave lorsque que le E 150 est dérivé du sucre de maïs transgénique donc méfiance!
E 151	Noir	Noir brillant BN, Noir PN	S	Inocuité controversée :sel tétrasodique de l'acide hydroxy-1 acétylamino-8 [(sulfo-4 phénylazo)-4 (sulfo-7 naphtylazo)]-2 naphthalène-disulfonique-3,5
E 153	id	Charbon Végétal (Carbo Medicinalis Vegetalis)	N	Non toxique, toutefois certaines personnes, assez rares, y seraient sensibles (diarrhées)
E 161	jaune	Xanthophylles	S ou N (V)	les xanthophylles sont des dérivés cétoniques et/ou hydroxyliques des carotènes. Lutéine=E161b (N, Vgtal), Cryptoxanthine=E161c, Rubixanthine=E161d, Rhodoxanthine=E161f. Ne seraient pas inoffensifs (surtout E 161d), E161g (cf infra) est toxique.
E 171	.Gris	Dioxyde de titane	N	Inocuité controversée (présenté comme sans danger par les fabricants, mais signalé parmi les substances à risque sur les boîtes de médicament à l'attention des toxicologues!), sert beaucoup pour enrober les dragées. Autorisé seulement en surface
E 102	id	Tartrazine	S	Risque important d'allergie, de rhinite, d'asthme. Interdit en Suisse.
E 103	id	Chrysoïne S	S	Dangereux. Interdit depuis 1977! (France, Suisse, Europe)
E 104	id	Jaune de quinoléine	S	Inocuité controversée, interdit aux USA, suspecté d'avoir des effets mutagènes
E 107	id	Jaune 2G	S	Fut interdit en France, l'est encore en Suisse. Risque important d'allergie.
E 110	Orange	Jaune orangé S	S	Toxicité probable : sel disodique de l'acide hydroxy-2 (sulfo-4 phénylazo)-1 naphthalène-sulfonique-6, suspecté d'effets cancérigènes, provoque des tumeurs des glandes surrénales et des reins chez le rat, fort effet allergénique connu , les allergiques à l'aspirine ne devraient pas en consommer. Interdit aux USA
E 111	id	Orange CGN	S	Interdit en France, Suisse et Europe CE
E 121	Rouge	Orseille orcéine	S ou N	Si N, extrait d'un lichen. Interdit en France, Suisse et Europe CE
E 122	id	Azorubine	S	Inocuité très controversée. Risques d'allergie (notamment sur les sujets sensibles aux salicylés).
E 123	id	Amarante	S	Fut interdit en France (sauf dans le caviar!), provoque allergies (notamment sur les sujets sensibles aux salicylés), cancers, stérilité! Rien à voir avec l' amarante (fleur)
E 124	id	Rouge Cochenille A (Ponceau 4R)	S	Risques d'allergie. Probables effets génotoxiques. Interdit aux USA
E 125	id	Écarlate GN	S	Fort risque d'allergies. Interdit en France, Suisse et depuis 1977en Europe CE
E 126	id	Rouge Ponceau GR	S	Fort risque d'allergies. Interdit en France, Suisse et depuis 1977en Europe CE
E 127	id	Érythrosine	S	Toxique, cancérigène (cancers de la thyroïde chez le rat), composé de benzène! [sel disodique ou dipotassique de l'acide (tétraiodo-2,4,5,7 hydroxy-6 oxo-3 3H-xanthényl-9)-2 benzèncarboxylique ou tétraiodo-2,4,5,7 fluorescéine]. Allergies signalées (notamment asthme, urticaire, prurit).
E 128	id	Rouge 2G	S	Fut interdit en France, l'est toujours en Suisse et aux USA. Toxique cancérigène et mutagène
E 130	Bleu	Bleu anthraquinonique. Bleu solantrène RS	S	Interdit en France, Suisse et depuis 1977 en Europe CE
E 131	Bleu	Bleu patenté V	S	Inocuité très controversée : sel calcique ou sodique du sel interne hydroxyde de N-éthyl N-[[diéthylamino-4 phényl] (hydroxy-5 disulfo-2,4 phényl) méthylène]-4 cyclohexadiène-2,5 ylidène-11 éthaneaminylium]. Risques d'allergie. Interdit aux USA
E 133	id	Bleu brillant	S	Fut interdit en France, l'est toujours en Suisse
E 150	Noir	Noir 7984	S	Interdit en France, Suisse et, depuis 1977, en Europe CE
E 154	id	Brun BK	S	Fut interdit en France, l'est encore en Suisse
E 155	id	Brun HT	S	cf E 154
E 161g	Orange	Canthaxanthine (orange CI n° 8)	S	À haute dose, provoque des troubles de la rétine. Hélas, E161g se trouve souvent à très haute dose dans les saumons ou truites d'élevage! Souvent présent aussi dans des charcuteries
E 173	gris métal	Aluminium	N	L'aluminium est aujourd'hui considéré comme un neurotoxique puissant. Il interviendrait notamment dans le déclenchement de la maladie d'Alzheimer. Suite aux nouvelles études, il est prudent d'éviter d'ingérer ce métal. E173 est Interdit en Australie.
E 180	rouge	Pigment rubis	S	Autorisé seulement pour les croûtes de fromages. Sels calciques et d'aluminium de l'acide hydroxy-2 (méthyl-4 sulfo-2 phénylazo) naphthalène-carboxylique-3