



---

## Aliments sans additifs (sélection)

- beurre frais
- crème fraîche
- kéfir sans fruits
- lait
- babeurre sans fruits
- yaourt nature
- séré
- crème acidulée
- œufs
- pommes de terre fraîches
- légumes frais
- jeunes pousses et germes
- fruits frais (excepté les pommes cirées ou les fruits tropicaux dont la surface a été traitée)
- champignons frais
- légumineuses
- céréales (flocons)
- nouilles séchées
- riz (pas le riz à cuisson rapide)
- noix et graines
- huile végétale vierge
- miel
- poudre de café
- eau minérale et eau de source
- viande fraîche