

Certains principes actifs contenus dans les substances aromatisantes extraites des plantes présentent des risques de toxicité. Le parlement européen a rédigé un règlement en 2008 sur l'utilisation de ces substances ; un groupe d'experts du Conseil de l'Europe a également rédigé en 2005 un rapport qui conduit à limiter l'usage de certains arômes.

12 principes actifs analysés par le Parlement européen et 13 par le Conseil de l'Europe

Le Parlement européen étudie la bêta-asarone, l'acide hydrocyanique, la **coumarine**, l'**estragole**, le **menthofurane**, le **méthyleugénol**, la **pulégone**, la quassine, le safrole, la teucrine A et les **thuyones**. Le conseil de l'Europe étudie l'acide agarique, l'acide hydrocyanique, la bêta-asarone, le **d-camphre**, la capsaïcine, l'élémicine, l'**estragole**, l'**eucalyptol**, l'hypericine, l'isosafrole, la myristicine, la teucrine A et les **thuyones**.

8 principes actifs présents dans les essences Baume des Anges

L'**eucalyptol** est présent en faible quantité dans les essences de **Lavande**, **Lavandin**, **Menthe poivrée** et **Menthe nana**, **Thym**, **Basilic**, **Sauge sclérée** et **Fenouil**. Il est d'avantage présent dans les essences de **Romarin**, de **Sauge officinale** et de **Laurier** (environ 50%).

Le **camphre** est présent en faible quantité dans les essences de **Lavande**, **Lavandin**, **Thym**, **Coriandre**, **Cèdre blanc**, **Hysope**, **Sarriette**, **Fenouil**, **Genièvre**, et d'**Origan**. Il est présent en plus grande quantité dans l'essence de **Tanaisie** et correspond au quart de la composition de l'essence de **Sauge officinale**.

La **coumarine** est présente sous forme de traces dans les essences de **Coriandre**, **Estragons**, **Aneth**, **Céleri**, **Sauge sclérée**, **Anis**, **Cumin**, **Fenouil**, **Lime**, **Cannelle**, et de **Combava**.

L'**estragole** (ou méthyl chavicol) est présent en faible quantité dans les essences d'**Anis**, **Hysope** et **Fenouil**. Il est présent en proportion élevée dans l'essence de **Basilic** et il est le principal constituant de l'essence d'**Estragon**.

Le **menthofurane** représente 1% de la composition de l'essence de **Menthe poivrée**.

Le **méthyleugénol** est présent en faible quantité dans l'essence de **Laurier**, et de manière importante dans l'essence de **Basilic** (55%).

La **pulégone** est présente sous forme de traces dans les essences de **Menthe poivrée** et de **Menthe nana**.

Les **thujones alpha et bêta sont de puissants neurotoxiques** à doses élevées et/ou répétées. Elles présentent également une propriété abortive. L'exemple historique de la toxicité des thujones est celui des méfaits de l'absinthe. Les essences de **Sauge officinale**, **Tanaisie**, **Hysope** et **Cèdre blanc** contiennent des proportions élevées de thujones (jusqu'à plus de 50%). L'essence de **Sauge sclérée** en contient également, mais en faible quantité.

Les personnes épileptiques et les femmes enceintes ou allaitantes doivent éviter toute manipulation de ces essences non diluées. Les limites d'ingestion suggérées par le Conseil de l'Europe conduisent à recommander d'exclure l'usage de ces arômes en cuisine.

Pour aller plus loin

- l'annexe III du règlement N° 1334/2008 du Parlement européen et du conseil du 16 décembre 2008 relatifs aux arômes et à certains ingrédients alimentaires possédant des propriétés aromatisantes qui sont destinés à être utilisés dans et sur les denrées alimentaires. Cette annexe donne la liste des substances ne pouvant être ajoutées en tant que telles aux denrées alimentaires, ainsi que les restrictions d'usage selon les denrées alimentaires.
- le document « Active principles (constituent of toxicological concern) contained in natural sources of flavourings » approuvé par le comité d'experts de substances aromatisantes du Conseil de l'Europe, d'octobre 2005.