

# Carta degli additivi

Uno strumento utile per individuare ingredienti da evitare e quelli a cui prestare attenzione



consulta online la lista completa [altroconsumo.it/additivi](http://altroconsumo.it/additivi)

 può causare allergie

 da evitare

 poco raccomandabile

 tollerabile

## COLORANTI

- |   |  |
|---|--|
|   <b>E 102</b> Tartrazina  |   <b>E 131</b> Blu patentato V                 |
|  <b>E 104</b> Giallo di chinolina  |   <b>E 150 b</b> Caramello solfito-caustico    |
|   <b>E 110</b> Giallo tramonto FCF, Giallo arancio S               |  <b>E 150 c</b> Caramello ammoniacale   |
|   <b>E 120</b> Cocciniglia, Acido carminico, vari tipi di Carminio |   <b>E 150 d</b> Caramello solfito-ammoniacale |
|  <b>E 122</b> Azorubina, Carmoisina  |   <b>E 160 b</b> Annatto, Bissina, Norbissina  |
|  <b>E 123</b> Amaranto  |  <b>E 171</b> Biossido di Titanio   |
|   <b>E 124</b> Ponceau 4R, Rosso cocciniglia A                 |  <b>E 173</b> Alluminio   |
|   <b>E 129</b> Rosso allura AC                                 |   <b>E 180</b> Litorubina BK               |

## CONSERVANTI

- |   |   |
|---|---|
|   <b>E 210</b> Acido Benzoico            |   <b>E 227</b> Calcio bisolfito       |
|   <b>E 211</b> Benzoato di sodio         |   <b>E 228</b> Potassio solfito acido |
|   <b>E 212</b> Benzoato di potassio      |  <b>E 249</b> Nitrito di potassio  |
|   <b>E 213</b> Benzoato di calcio        |  <b>E 250</b> Nitrito di sodio   |
|   <b>E 220</b> Anidride solforosa        |  <b>E 251</b> Nitrate di sodio   |
|   <b>E 221</b> Solfito di sodio          |  <b>E 252</b> Nitrate di potassio  |
|   <b>E 222</b> Sodio bisolfito           |  <b>E 284</b> Acido borico   |
|   <b>E 223</b> Metabisolfito di sodio    |  <b>E 285</b> Tetraborato di sodio   |
|   <b>E 224</b> Metabisolfito di potassio |   <b>E 1105</b> Lisozima              |
|   <b>E 226</b> Solfito di calcio         |   |

LA SPESA  
CHE SFIDA



Powered by Altroconsumo 

Impariamo a fare la spesa,  
seguendo un'alimentazione sana,  
sicura e sostenibile

La Spesa che Sfida, Progetto finanziato dal Ministero  
dello Sviluppo Economico (DM 7 febbraio 2018)

## ANTIOSSIDANTI E REGOLATORI DELL'ACIDITÀ

- \* E 310 Gallato di propile
- \* E 319 Butilidroc hinone terziario (TBHQ)
- E 320 Butilidrossianisolo (BHA)
- \* E 330 Acido citrico
- \* E 331 Citrati di sodio (citrato monosodico, citrato disodico, citrato trisodico)
- \* E 332 Citrati di potassio (citrato monopotassico, citrato tripotassico)
- \* E 333 Citrati di calcio (citrato monocalcico, citrato dicalcico, citrato tricalcico)
- E 338 Acido fosforico
- E 339 Fosfati di sodio (fosfato monosodico, disodico, trisodico)
- E 340 Fosfati di potassio (fosfato monopotassico, dipotassico, tripotassico)
- E 341 Fosfati di calcio (fosfato monocalcico, dicalcico, tricalcico)
- E 343 Fosfati di magnesio (fosfato di magnesio, di dimagnesio)
- \* E 380 Citrato triammonico
- E 522 Solfato di alluminio e potassio
- E 523 Solfato di alluminio e ammonio
- E 541 Fosfato acido di sodio e alluminio

## AGENTI DI STRUTTURA (ADDENSANTI, EMULSIONANTI, STABILIZZANTI, ETC)

- \* E 322 Lecitine
- \* E 410 Farina di semi di carrube
- \* E 412 Gomma di guar
- \* E 413 Gomma adragante
- \* E 414 Gomma d'acacia, gomma arabica
- \* E 416 Gomma di karaya
- \* E 426 Emicellulosa di soia
- E 432 Monolaurato di poliossietilensorbitano (polisorbato 20)
- E 433 Monooleato di polios. (polisorbato 80)
- E 434 Monopalmitato di polios. (polisorbato 40)
- E 435 Monostearato di polios. (polisorbato 60)
- E 436 Tristearato di polios. (polisorbato 65)
- E 442 Fosfati d'ammonio
- E 450 Difosfati (difosfato disodico, trisodico, tetrasodico, dipotassico, tetrapotassico, dicalcico; diidrogenodifosfato di calcio)
- E 451 Trifosfato (trifosfato pentasodico, pentapotassico)
- E 452 Polifosfati (polifosfato di sodio, di potassio, di calcio e potassio, di calcio)
- E 466 Carbossimetilcellulosa, CMC di sodio
- E 468 CMC reticolata di sodio
- E 469 CMC idrolizzata enzimaticamente
- E 471 Mono- e digliceridi degli acidi grassi
- E 472 a Esteri acetici di mono- e digliceridi degli acidi grassi
- E 472 b Esteri lattici di mono- e digliceridi degli acidi grassi
- E 472 c Esteri citrici di mono- e digliceridi degli acidi grassi
- E 472 d Esteri tartarici di mono- e digliceridi degli acidi grassi
- E 472 e Esteri mono- e diacetiltartarici di mono- e digliceridi degli acidi grassi
- E 472 f Esteri misti acetici-tartarici di mono- e digliceridi degli acidi grassi
- E 473 Esteri di saccarosio degli acidi grassi
- E 474 Sucrogliceridi
- E 475 Esteri poliglicerici degli acidi grassi
- E 476 Poliricinoleato di poliglicerolo
- E 477 Esteri dell' 1,2 propandiolo degli acidi grassi
- E 479 b Prodotto di reazione dell'olio di soia ossidato termicamente con mono- e digliceridi degli acidi grassi
- E 481 Stearoil-2- lattilato di sodio
- E 482 Stearoil-2- lattilato di calcio
- E 491 Monostearato di sorbitano
- E 492 Tristearato di sorbitano
- E 493 Monolaurato di sorbitano
- E 494 Monooleato di sorbitano
- E 495 Monopalmitato di sorbitano
- E 520 Solfato d'alluminio
- E 521 Solfato di alluminio e sodio
- E 1410 Fosfato di monoamido
- E 1412 Fosfato di diamido
- E 1413 Fosfato di diamido fosfato
- E 1414 Fosfato di diamido acetilato
- E 1442 Fosfato di diamido idrossipropilato
- E 1452 Ottenilsuccinato di amido e alluminio
- \* E 1505 Citrato di trietilene

## ANTIAGGLOMERANTI

- E 551 Biossido di silicio
- E 552 Silicato di calcio
- E 553 a Silicato di magnesio, Trisilicato di magnesio
- E 553 b Talco
- E 554 Silicato di sodio e alluminio
- E 555 Silicato di potassio e alluminio

## ESALTATORI DI SAPIDITÀ

- \* E 620 Acido glutammico
- \* E 621 Glutammato monosodico
- \* E 622 Glutammato monopotassico
- \* E 623 Diglutammato di calcio
- \* E 624 Glutammato d'ammonio
- \* E 625 Diglutammato di magnesio

## EDULCORANTI

- 950 Acesulfame K
- \* E 951 Aspartame
- E 952 Acido ciclamico e suoi Sali di sodio e calcio
- E 954 Saccarina e suoi Sali di sodio, potassio e calcio
- E 955 Sucralosio
- \* E 961 Neotame
- \* E 962 Sale di aspartame-acesulfame