Palmares des fruits et légumes les plus toxiques*

1 Fraises

Contiennent jusqu'à **20** pesticides, en moyenne **10**
Peuvent contenir du carbendazime, un fongicide qui **affecte la fertilité masculine**
33% contiennent du bifenthrine, un insecticide **cancérogène**

2 Épinards

Contiennent jusqu'à **16** pesticides, en moyenne **7**
La **plus forte concentration de pesticides** de tous les fruits et légumes
75% contiennent du perméthrine, un insecticide qui **attaque le système nerveux**

3 Nectarines

8 Raisins

4 Pommes

9 Céleri

5 Pêches

10 Tomates

6 Poires

11 Poivrons

7 Cerises

12 Pommes de terre

* Palmarès des produits maraîchers les plus contaminés par les pesticides, herbicides et autres produits chimiques sur la marché.
Source: EWG (Environmental Working Group - Groupe de travail sur l'environnement)

Autres produits concernés

- Concombre
- Tomate cerise
- Laitue
- Pois mange-tout (importé)
- Bleuets (USA)
- Piment fort
- Chou Kale
- Haricots verts (USA)
- Prunes
- Tangerines
- Framboises
- Carottes
- Courge d'hiver
- Courgette
- Banane
- Oignons verts
- Melon d'eau
- Champignons

Conseils

- Toujours bien laver les produits avant consommation et, si possible, les peler.
- Utilisez un peu de savon pour les aliments non pelées.
- Privilégier les produits biologiques et locaux au moins pour les 12 premiers du palmarès.

copyright (c) 2017 Advitae.