

Régime d'éviction des oeufs crus ou peu cuits

Votre enfant tolère les oeufs bien cuits .

Il peut consommer :

- Oeuf dur
- Omelette bien cuite **non baveuse**
- Soufflés **bien cuits**
- Crème pâtissière, flan aux oeufs
- Quiches bien cuites
- Biscuits, gâteaux **bien cuits** (l'intérieur du gâteau doit être bien cuit)
- Produits de la viennoiserie et de la boulangerie dorés à l'oeuf
- Pâtes aux oeufs
- Plats cuisinés contenant de l'oeuf bien cuit
- Crêpes, gaufres, blinis, beignets
- Mayonnaise industrielle en tube ou en flacon longue conservation



Les aliments qui doivent être évités car pouvant contenir de l'oeuf cru ou peu cuit :

- Oeuf au plat, à la coque, mollet, ou poché
- Mayonnaise maison ou artisanale
- Sauce béarnaise
- Oeuf à la neige
- Meringue et pâtisserie avec meringue
- Mousse au chocolat (mais la plupart des mousses au chocolat disponibles au rayon laitage ne contiennent pas d'oeuf et peuvent donc être consommé sans problème, bien lire les étiquettes)
- Mousse aux fruits faites avec du blanc d'oeuf
- Crème anglaise
- Blanc d'oeuf battu en neige, non cuit
- Truffes au chocolat maison
- Les guimauves maisons, attention à certains bonbons maisons
- Attention à certaines glaces artisanales ou maison, demander leur composition
- Gâteaux peu cuits comme les fondants au chocolat , les brownies ...
- **Attention ! Ne pas faire goûter la pâte à gâteau encore non cuite .**

