

## Aliments les plus dangereux

Un rapport de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) a révélé que la viande transformée pouvait être une cause de cancer de l'intestin et que la viande rouge était probablement cancérigène. Le Centre international de la recherche sur le Cancer (CIRC), l'agence spécialisée de l'OMS, a classé les viandes transformées, comme les saucisses et le bacon, dans la même catégorie que le tabac, l'amiante et les vapeurs de diesel, qui sont des substances cancérigènes prouvées. Voici d'autres aliments qui pourraient vous rendre malade, voire causer la mort.

### Crapaud buffle africain

Dans certains pays d'Afrique, le crapaud buffle est considéré comme un mets de choix, on le consomme d'ailleurs entier. Sauf que son corps contient des substances toxiques pour l'homme, surtout lorsque le crapaud est jeune et qu'il ne s'est pas encore reproduit (ses toxines peuvent conduire à une insuffisance rénale).

### Absinthe

L'absinthe contient de la thuyone, une molécule toxique aux propriétés psychoactives qui provoque des hallucinations. Des cas de troubles sociaux, de suicides, de tuberculose et même d'épilepsie ont été attribués à la consommation d'absinthe.

### Poulpe vivant

La plupart d'entre nous préférons manger des aliments déjà morts, mais pour les Coréens, c'est une autre affaire... En effet, en Corée, il est possible de commander du poulpe vivant, qui est découpé et assaisonné sans avoir été tué au préalable. Mais le danger se trouve dans les ventouses qui, toujours actives, peuvent s'accrocher à votre œsophage et vous étouffer.

### Champignons

Les champignons ont souvent l'air innocent, mais certains sont pourtant mortels, comme l'amanite phalloïde (voir photo). Une seule bouchée vous causera des vomissements et des douleurs abdominales. Une portion entière pourra endommager votre foie, vos reins et votre cœur, ce qui peut entraîner la mort.

### Fugu (poisson-ballon)

Le fugu est un mets de choix des plus dangereux qui soit. Au Japon, les chefs cuisiniers suivent des années de formation pour apprendre comment enlever les parties vénéneuses du poisson, qui sont 1200 fois plus toxiques que le cyanure ! Consommer un tout petit bout d'un mauvais morceau peut être mortel.

### Hákarl

Au Groenland, le hákarl, de la viande de requin fermentée dans ses propres fluides puis accrochée pour sécher, est très apprécié. Le problème, c'est que l'animal n'a pas d'appareil urinaire, ce qui signifie que sa viande contient des substances potentiellement toxiques.

### Aki

L'aki (ou ackée) est un fruit très prisé en Jamaïque qui doit être consommé très mûr et préparé comme il convient. Si vous le mangez trop tôt, les toxines qu'il contient peuvent causer des vomissements voire conduire au décès.

### Manioc

Le manioc est très consommé en Afrique et en Amérique du Sud, mais il doit être bien cuit. Cru, il contient une enzyme qui se transforme en cyanure.

### Tapioca

Le tapioca est issu du manioc, il est donc également toxique s'il n'est pas préparé correctement.

### Cacahuètes

Tant que vous n'êtes pas allergique, vous pouvez manger autant de cacahuètes que vous voulez. Les cacahuètes sont responsables de plus de morts par réaction allergique que n'importe quel autre aliment, ce qui est assez inquiétant quand on pense qu'environ 1 % de la population est concernée.

### Noix de cajou crues

Même si vous n'êtes pas allergique, il ne faut jamais manger une noix de cajou crue cueillie sur l'anacardier. Ces noix contiennent une substance toxique qui peut être fatale si elle est consommée en de grandes quantités. Les noix de cajou qu'on achète dans les magasins ont été passées à la vapeur et débarrassées de cette substance.

### Rhubarbe

La rhubarbe dans un crumble, c'est délicieux, mais ne consommez jamais les feuilles : elles contiennent des toxines qui peuvent vous rendre très malade, voire vous tuer.

### Pousses de soja

Les pousses de soja sont l'un des aliments véhiculant le plus d'E. coli, de salmonelle et de listéria, des bactéries qui adorent les environnements tièdes et humides, comme ceux dans lesquels pousse le soja. En 2011, des germes de soja cultivés en Allemagne ont été identifiées comme la cause probable d'une épidémie d'E. coli ayant fait 22 morts et contaminé des centaines de personnes en Europe.

### Crustacés

Pour les personnes allergiques, les crustacés peuvent être extrêmement dangereux. Tandis que certains ont des crises d'urticaires, des démangeaisons, des œdèmes ou des douleurs abdominales, d'autres vont jusqu'à faire des chocs anaphylactiques, ce qui les empêche de respirer et peut d'avérer extrêmement dangereux.

### Palourdes

Là encore, il est prudent d'éviter les palourdes mêmes si vous n'êtes pas allergique. Ces coquillages peuvent transporter l'hépatite A, la typhoïde et la dysenterie parce qu'ils vivent dans des environnements pauvres en oxygène. Les palourdes de Chine, par exemple, ont été associées à des cas d'hépatite.

### Baies de sureau

La confiture de sureau (faite à partir des baies) est délicieuse, c'est vrai, mais gardez vos distances avec les feuilles, les branches et les pépins, qui peuvent causer des vomissements. Ne cueillez que les baies très mûres.

### Lait cru

Le lait vendu dans les supermarchés est pasteurisé, mais certaines personnes boivent encore du lait cru, ou consomment du fromage au lait cru. Le lait cru est du lait qui n'a pas été pasteurisé (chauffé à haute température et refroidi rapidement) et est plus susceptible de contenir la salmonelle, la listéria et l'E. coli.