

## Fiche technico-commerciale : Valeur nutritionnelle des produits de l'érable du Canada et allégations potentielles

### Résumé

- Le sirop d'érable du Canada est une excellente source de manganèse, de riboflavine et de zinc puisqu'il fournit respectivement 100 %, 37 % et 18 % de la valeur quotidienne recommandée de ces nutriments. Il contient également du magnésium, du calcium et du potassium, ce qui en fait un agent sucrant des plus avantageux, en plus de présenter un goût unique.
- Les valeurs nutritionnelles moyennes dérivées d'une analyse de plus de 600 échantillons de différentes régions du Québec ont été intégrées au Fichier canadien sur les éléments nutritifs de Santé Canada.
- Les étiquettes nutritionnelles des produits de l'érable du Canada sont accessibles à l'adresse [www.siroperable.ca](http://www.siroperable.ca) et affichent les valeurs nutritionnelles minimales obtenues sur les 600 échantillons analysés. Sur la base des valeurs minimales, les allégations possibles à ce jour pour l'érable au Canada sont :
  - Excellente source de manganèse et de vitamine B2
  - Bonne source d'énergie
  - 4 mg de polyphénols par 60 ml

Se référer à la réglementation de l'ACIA en la matière pour intégrer ces allégations aux emballages.

### Résultats

Par portion de 60 ml en % de la VQ*	Sirop d'érable du Canada	Miel	Sucre de table	Cassonade
Manganèse	100	3	0	9
Riboflavine (B <sub>2</sub> )	37	2	1	0
Zinc	18	2	0	1
Magnésium	7	1	0	7
Calcium	5	0	0	5
Potassium	5	1	0	6
Calories	217	261	196	211
Sucres (en G)	54	71	51	54

**Légende :**  Excellente source de  Bonne source de  Source de

\*V.Q. : La « valeur quotidienne » correspond à l'apport d'un nutriment jugé satisfaisant pour répondre aux besoins quotidiens de la plupart des personnes en bonne santé. Source : *Fichier Canadien sur les éléments nutritifs* (Santé Canada)

Selon une étude réalisée sur plus de 600 échantillons d'érable du Canada de différentes régions du Québec, les produits de l'érable revêtent un potentiel nutritionnel des plus intéressants en regard des autres agents sucrants courants. Le sirop d'érable est une excellente source de manganèse, de riboflavine et de zinc puisqu'il fournit respectivement 100 %, 37 % et 18 % de la valeur quotidienne recommandée. Il contient également du magnésium, du calcium et du potassium, ce qui en fait un agent sucrant des plus avantageux. Ces valeurs moyennes ont été intégrées au Fichier canadien sur les éléments nutritifs.

Les données recueillies ont également permis de produire les étiquettes nutritionnelles du sirop d'érable du Canada et de ses produits dérivés. Pour s'assurer que l'ensemble des producteurs et des transformateurs respecte le règlement de l'ACIA en matière d'étiquetage, les valeurs apparaissant sur les étiquettes nutritionnelles sont les valeurs minimales déterminées par l'étude des 600 échantillons. Ces étiquettes sont à la disposition de l'industrie canadienne de l'érable à l'adresse [www.siroperable.ca](http://www.siroperable.ca).

Une seconde étude a permis d'établir la quantité de polyphénols contenue dans une portion de sirop d'érable du Canada. Bien que les polyphénols ne soient pas reconnus comme nutriments pouvant figurer sur l'étiquette nutritionnelle, la quantité contenue dans un produit peut être affichée sur l'emballage. La valeur moyenne en polyphénols est de 6,6 mg par 60 ml, tandis que la valeur minimale est de 4 mg par 60 ml.

### Applications et perspectives

#### Canada

Ces résultats permettent les allégations suivantes sur l'emballage des produits d'érable du Canada. Il est important de se référer à la réglementation de l'ACIA en la matière pour intégrer ces allégations aux emballages :

- Excellente source de manganèse et de vitamine B2
- Bonne source d'énergie
- 4 mg de polyphénols par 60 ml

#### États-Unis (à valider)

- Potassium : diminution du risque d'hypertension et d'accident vasculaire cérébral