

FICHE NUTRITIONNELLE

AVOCAT



Apport calorique

205 kcal pour 100 g

70,30 g Eau

3,60 g Fibres

0,83 g Glucides

430 mg Potassium

70,40 µg Vitamine B9

Produit cru



L'AVOCAT EN BREF

Avec 205 calories (kcal) pour 100g, l'avocat est un fruit à la texture onctueuse, riche en vitamine B9 et source de vitamines K1, B5 et E. Il est également sources de fibres et de minéraux comme le potassium. Originaire de Chine, l'avocat est principalement cultivé au Mexique, en Espagne et en Israël avec une récolte qui s'étend de mars à juillet.

L'avocat se conserve jusqu'à 5 jours à température ambiante. Il se déguste cru, en salade, en guacamole, en tartine ou même dans des préparations sucrées comme les smoothies et les mousses. Fruit climactérique, il voit sa maturité accélérée si vous le placez à proximité de pommes ou de bananes.

DESCRIPTION

- L'avocat est le fruit de l'avocatier (*Persea americana*) qui appartient à la famille des **Lauracées**.
- C'est un fruit important dans le monde agricole, dont la culture est originaire du **Mexique** et d'**Amérique centrale** ([Guzman-Rodriguez, 2013](#)). Il est **consommé** communément comme un **légume**.
- Il existe **plusieurs variétés d'avocat**, dont l'Ettinger, Fuerte, Hass, Bacon et Pinkerton entre autres ([CTIFL, INTERFEL, 2011](#)).

CARACTÉRISTIQUES PHYSIQUES ET ORGANOLEPTIQUES

- L'avocat est un fruit de **taille moyenne** avec une agréable **texture crémeuse** et **lisse** ([Fulgoni, 2013](#)).
- La couleur de la peau peut être **violet-bleuâtre** ou **rougeâtre foncé** en raison de la présence **d'anthocyanes**, des pigments ayant une **activité antioxydante** ([Corrales-García, 2019](#)).
- Une étude sur le profil de quatre cultivars d'avocats (Barker, Collinson, Fortuna et Geada) a permis d'identifier **84 composés volatils** :
 - L'hexanal, l'acétate d'éthyle, le dodécanoate de méthyle, l' α -bergamotène et le β -caryophyllène étaient présents dans les 4 cultivars.
 - Le (E)-2-penténal et l'acétate d'éthyle, responsables de l'arôme fruité, étaient présents dans le cultivar Fortuna et le cultivar Collinson respectivement.
 - Le benzaldéhyde, responsable de l'arôme de fruit et de noisette, était présent à une concentration plus élevée dans le cultivar Geada et en traces dans le cultivar Barker ([Galvao, 2016](#)).
- Une fois le fruit tombé de l'avocatier, le **processus de maturation prend 5 à 7 jours à température ambiante**. Les fruits sont considérés comme mûrs lorsqu'ils cèdent à une légère pression des doigts ([Di Stefano, 2017](#)).

CARACTÉRISTIQUES DE COMPOSITION (HORS MACRONUTRIMENTS, VITAMINES ET MINÉRAUX).

- L'avocat renferme différents **polyphénols** dont les acides perseitol, quinique, trans-cinnamique, pantothénique et abscisique, ainsi que la catéchine, dont les concentrations diminuent pendant le processus de maturation ([Contreras-Gutierrez, 2013](#)). À l'inverse, les concentrations en acide férulique et en acide p-coumarique augmentent ([Contreras-Gutierrez, 2013](#)).
- Une équipe italienne a évalué les profils phénoliques de six variétés d'avocat cultivées en Sicile à des stades de maturation différents. **Dix-neuf composés phénoliques** ont été détectés dans les extraits de **pulpe d'avocat**. L'acide gallique, l'acide sinapinique, la vanilline, l'acide p-coumarique et l'acide gentisique n'étaient présents que dans les fruits mûrs. Au contraire, l'épicatéchine a diminué avec la maturation des fruits ([Di Stefano, 2017](#)).
- La richesse des avocats en composés phytochimiques, en particulier en antioxydants, leur conférerait un **effet neuroprotecteur**. En effet, les antioxydants contenus dans ce fruit permettraient de limiter le **stress oxydatif** à l'origine de dommages neuronaux importants que l'on retrouve dans la **sclérose latérale amyotrophique**, la **maladie d'Huntington**, de **Parkinson** et d'**Alzheimer** ([Ameer, 2016](#)).
- Ce fruit pourrait également **améliorer l'hypercholestérolémie** et jouerait un rôle important dans la **santé cardiovasculaire**. La fraction lipophile de l'avocat inhiberait la croissance des **cellules cancéreuses de la prostate**, induirait la mort des cellules cancéreuses **du sein** et supprimerait les **lésions hépatiques** ([Di Stefano, 2017](#)).

COMPOSITION ET ANALYSE NUTRITIONNELLE

CRU

Les valeurs sont à considérer comme des ordres de grandeur, susceptibles de varier selon les variétés, la saison, le degré de maturité, les conditions de culture, etc.

L'avocat apporte en moyenne **205 calories (kcal)** pour 100 g soit **843 kJ**.

Un avocat pèse en moyenne 200 g, ce qui représente un apport énergétique d'environ 410 kcal.

TABLEAUX DE COMPOSITION

Pour chaque nutriment, les tableaux apportent une information sur la teneur, les valeurs minimales et maximales, ainsi que le pourcentage des Valeurs Nutritionnelles de Référence (VNR) pour 100 g net d'avocat.

MACRONUTRIMENTS

Valeurs

Constituant (g)	Teneur moyenne	Min-Max pour 100 g	% VNR
Eau	70,30	63,20 - 83,80	-
Fibres	3,60	3,20 - 12,70	-
Glucides	0,83	NC - 6,50	0,32
<i>dont Sucres</i>	0,40	0 - 2,42	0,44
Lipides	20,60	8,40 - 23,20	29,43
<i>dont Acides Gras Saturés</i>	4,51	1,85 - NC	22,55
Protéines	1,56	0,30 - 3	3,12

Sources

Constituant (g)	Quantité	Min-Max	% VNR
Eau	Ciqua 2020 (valeur issue des analyses Ciqua-Aprifel 2017)	-	-
Fibres	Ciqua 2020 (valeur issue des analyses Ciqua-Aprifel 2017)	-	-
Glucides	Ciqua 2020	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
<i>dont Sucres</i>	Ciqua 2020 (valeur issue des analyses Ciqua-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Lipides	Ciqua 2020 (valeur issue des analyses Ciqua-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011

Constituant (g)	Quantité	Min-Max	% VNR
<i>dont Acides Gras Saturés</i>	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Protéines	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011

Zoom sur les glucides

- La quantité de glucides (0,83 g pour 100 g) de l'avocat est bien inférieure à la quantité moyenne présente dans les légumes crus (4,45 g pour 100 g).
- On peut dire que l'avocat est « **sans sucres*** » car il en contient moins de 0,5 g pour 100 g, soit 0,4 g.

Zoom sur les fibres

- La teneur en fibres de l'avocat est de 3,60 g pour 100 g, ce qui est supérieur à 3 g pour 100 g ; il est donc **source de fibres***.
- Cette quantité est supérieure à la valeur moyenne présente dans les légumes crus (2,43 g pour 100 g).

Zoom sur les lipides

- L'apport en lipides de l'avocat (20,60 g pour 100 g) est beaucoup plus élevé que la teneur moyenne présente dans les légumes crus (0,56 g pour 100 g). Il représente plus de 91 % de l'énergie de l'avocat.
- Ces lipides sont répartis en acides gras mono-insaturés (12,30 g pour 100 g, dont 8,72 g d'acide oléique), saturés (4,51 g pour 100 g), et polyinsaturés (2,83 g pour 100 g dont 2,68 g d'acide linoléique), avec une dominante en acides gras mono-insaturés.

Zoom sur les protéines

- La quantité de protéines (1,56 g pour 100 g) de l'avocat est inférieure à la quantité moyenne présente dans les légumes crus (1,87 g pour 100 g).
- La qualité biologique des protéines de l'avocat est relativement bonne puisqu'elles renferment presque tous les acides aminés indispensables (excepté le tryptophane) et dans de bonnes proportions (Lerma-Garcia, 2007).

*Règlement (CE) N° 1924/2006 du Parlement européen et du Conseil du 20 décembre 2006 concernant les allégations nutritionnelles et de santé portant sur les denrées alimentaires.

MINÉRAUX ET OLIGO-ÉLÉMENTS

Valeurs

Constituant	Teneur moyenne	Min-Max pour 100 g	% VNR
Calcium (mg)	9,40	5,71 - 19	1,18
Chlorure (mg)	< 20	-	-

Constituant	Teneur moyenne	Min-Max pour 100 g	% VNR
Cuivre (mg)	0,18	0,09 - 0,38	18
Fer (mg)	0,34	0,14 - 1,06	2,43
Iode (µg)	< 20	-	-
Magnésium (mg)	21	17 - 34	5,60
Manganèse (mg)	0,20	0,07 - NC	10
Phosphore (mg)	38	30 - 73,70	5,43
Potassium (mg)	430	219 - 691	21,50
Sélénium (µg)	< 20	0,80 - NC	-
Sodium (mg)	6	1 - 17	-
Zinc (mg)	0,43	0,35 - 0,83	4,30

Sources

Constituant	Quantité	Min-Max	% VNR
Calcium (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Chlorure (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Cuivre (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Fer (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Iode (µg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Magnésium (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011

Constituant	Quantité	Min-Max	% VNR
Manganèse (mg)	Ciqua 2020 (valeur issue des analyses Ciqua-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Phosphore (mg)	Ciqua 2020 (valeur issue des analyses Ciqua-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Potassium (mg)	Ciqua 2020 (valeur issue des analyses Ciqua-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Sélénium (µg)	Ciqua 2020 (valeur issue des analyses Ciqua-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Sodium (mg)	Ciqua 2020 (valeur issue des analyses Ciqua-Aprifel 2017)	-	-
Zinc (mg)	Ciqua 2020 (valeur issue des analyses Ciqua-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011

Zoom sur les minéraux et les oligo-éléments

- L'avocat est **source de** :
 - **potassium**, car il apporte l'équivalent de 21,50 % des VNR en potassium, soit 430 mg pour 100 g ;
 - **cuivre**, car il apporte l'équivalent de 18 % des VNR en cuivre, soit 0,18 mg pour 100 g.
- Il apporte également une quantité notable de **manganèse** car il représente l'équivalent de 10 % des VNR en manganèse (soit 0,20 mg pour 100 g).
- Les autres minéraux et oligo-éléments sont présents en quantité représentant moins de 6 % des VNR.

VITAMINES

Valeurs

Constituant	Teneur moyenne	Min-Max pour 100 g	% VNR
Provitamine A Béta-carotène (µg)	< 5	NC - 140	-
Équivalent Vitamine A (µg)	< 0,83	NC - 23,303	-
Vitamine B1 (mg)	0,052	0,011 - 0,10	4,73

Constituant	Teneur moyenne	Min-Max pour 100 g	% VNR
Vitamine B2 (mg)	0,037	NC - 0,18	2,64
Vitamine B3 (mg)	1,56	0,36 - 2,51	9,75
Vitamine B5 (mg)	1,07	0,61 - 2,71	17,83
Vitamine B6 (mg)	0,17	0,07 - 0,45	12,14
Vitamine B9 (µg)	70,4	14 - 155	35,20
Vitamine C (mg)	< 0,50	NC - 24,10	-
Vitamine E (mg)	2,23	0,66 - 3,28	18,58
Vitamine K1 (µg)	14,50	8 - 27	19,33

Sources

Constituant	Quantité	Min-Max	% VNR
Provitamine A Béta-carotène (µg)	Ciquel 2020 (valeur issue des analyses Ciquel-Aprifel 2017)	-	-
Équivalent Vitamine A (µg)	Calcul à partir de la valeur Provitamine A Béta-carotène*	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Vitamine B1 (mg)	Ciquel 2020 (valeur issue des analyses Ciquel-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Vitamine B2 (mg)	Ciquel 2020 (valeur issue des analyses Ciquel-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Vitamine B3 (mg)	Ciquel 2020 (valeur issue des analyses Ciquel-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Vitamine B5 (mg)	Ciquel 2020 (valeur issue des analyses Ciquel-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Vitamine B6 (mg)	Ciquel 2020 (valeur issue des analyses Ciquel-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011

Constituant	Quantité	Min-Max	% VNR
Vitamine B9 (µg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Vitamine C (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Vitamine E (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Vitamine K1 (µg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011

Zoom sur les vitamines

- L'avocat est **riche en vitamine B9**, car il apporte l'équivalent de 35,20 % des VNR en vitamine B9, soit 70,40 µg pour 100 g.
- Il est également **source de** :
 - **vitamine K1**, car il apporte l'équivalent de 19,33 % des VNR en vitamine K1, soit 14,50 µg pour 100 g ;
 - **vitamine E**, car il apporte l'équivalent de 18,58 % des VNR en vitamine E, soit 2,23 mg pour 100 g ;
 - **vitamine B5**, car il apporte l'équivalent de 17,83 % des VNR en vitamine B5, soit 1,07 mg pour 100 g.
D'ailleurs, d'après les données de la table Ciqual 2020, l'avocat est le 2ème légume, après le champignon, qui contient le plus de vitamine B5.
- La teneur en **vitamine B6** de l'avocat est aussi notable puisqu'elle est de 0,17 mg pour 100 g, ce qui correspond à 12,14 % des VNR en vitamine B6.
- Les autres **vitamines** sont présentes en quantité représentant moins de 10 % des VNR.

*Calcul réalisé : Béta Carotène / 6 + rétinol

POLYPHÉNOLS

Valeurs

Constituant (g)	Teneur moyenne	Min-Max pour 100 g
Polyphénols totaux	152,12	24,20 - 187

Sources

Constituant (g)	Quantité	Min-Max
Polyphénols totaux	Phénol-Explorer version 3.6 Méthode utilisée : Folin assay	-

Zoom sur les polyphénols

- Les polyphénols sont des substances à effet antioxydant.
- L'avocat a une teneur notable en polyphénols totaux d'après la méthode par Folin assay.

ALLÉGATIONS NUTRITIONNELLES ET DE SANTÉ

ALLÉGATIONS NUTRITIONNELLES ET DE SANTÉ CRU

Selon les définitions des allégations nutritionnelles telles que présentées dans le règlement (CE) n°1924/2006 relatifs aux allégations nutritionnelles et de santé, et aux vues de la composition de l'avocat, il est possible d'utiliser les allégations suivantes :

ALLÉGATIONS NUTRITIONNELLES DE L'AVOCAT

- **Sans sucres** (car 100 g d'avocat ne contient pas plus de 0,5 g de sucres)
- **Riche en vitamine B9** (car 100 g d'avocat apportent l'équivalent de plus de 30 % des VNR).
- **Source de fibres** (car 100 g d'avocat contient plus de 3 g de fibres)
- **Source de potassium** (car 100 g d'avocat apportent l'équivalent de plus de 15 % des VNR)
- **Source de vitamine K1** (car 100 g d'avocat apportent l'équivalent de plus de 15 % des VNR)
- **Source en vitamine E** (car 100 g d'avocat apportent l'équivalent de plus de 15 % des VNR)
- **Source de cuivre** (car 100 g d'avocat apportent l'équivalent de plus de 15 % des VNR)
- **Source de vitamine B5** (car 100 g d'avocat apportent l'équivalent de plus de 15 % des VNR)

ALLÉGATIONS DE SANTÉ (POUR UNE CONSOMMATION DE 100 G D'AVOCAT)

Des folates ou vitamine B9

- Les folates contribuent :
 - à la croissance des tissus maternels durant la grossesse,
 - à la synthèse normale des acides aminés,
 - à la formation normale du sang,
 - au métabolisme normal de l'homocystéine,
 - à des fonctions psychologiques normales,
 - au fonctionnement normal du système immunitaire,
 - à réduire la fatigue.
- Les folates jouent un rôle dans le processus de division cellulaire.

Du potassium

- Le potassium contribue :
 - au fonctionnement normal du système nerveux,
 - à une fonction musculaire normale,
 - au maintien d'une pression sanguine normale.

De la vitamine K1

- La vitamine K1 contribue :
 - au maintien d'une ossature normale,
 - à une coagulation sanguine normale.

De la vitamine E

- La vitamine E contribue à protéger les cellules contre le stress oxydatif.

Du cuivre

- Le cuivre contribue :
 - au maintien de tissus conjonctifs normaux,
 - à un métabolisme énergétique normal,
 - au fonctionnement normal du système nerveux,
 - à la pigmentation normale des cheveux,
 - au transport normal du fer dans l'organisme,
 - à la pigmentation normale de la peau,
 - au fonctionnement normal du système immunitaire,
 - à protéger les cellules contre stress oxydatif.

De la vitamine B5 ou acide pantothénique

- L'acide pantothénique contribue :
 - à un métabolisme énergétique normal,
 - à des performances intellectuelles normales,
 - à la synthèse et au métabolisme normal des hormones stéroïdes, de la vitamine D et certains neurotransmetteurs,
 - à réduire la fatigue.

- Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail. Table de composition nutritionnelle des aliments Ciqua 2020. Consultée le 27/07/2020 depuis le site internet Ciqua <https://ciqua.anses.fr/>
- Ameer K. Avocado as a Major Dietary Source of Antioxidants and Its Preventive Role in Neurodegenerative Diseases. *Advances in Neurobiology*. 2016;12:337–54.
- Contreras-Gutiérrez PK, Hurtado-Fernández E, Gómez-Romero M, Ignacio Hormaza J, Carrasco-Pancorbo A, Fernández-Gutiérrez A. Determination of changes in the metabolic profile of avocado fruits (*Persea americana*) by two CE-MS approaches (targeted and non-targeted). *Electrophoresis*. 2013;34(19):2928–42.
- Corrales-García JE, Del Rosario García-Mateos M, Martínez-López E, Barrientos-Priego AF, Ybarra-Moncada MC, Ibarra-Estrada E, et al. Anthocyanin and Oil Contents, Fatty Acids Profiles and Antioxidant Activity of Mexican Landrace Avocado Fruits. *Plant Foods for Human Nutrition (Dordrecht, Netherlands)*. 2019;74(2):210–5.
- CTIFL, INTERFEL, 2011. Guide des fruits et légumes en restauration hors-domicile.
- Di Stefano VD, Avellone G, Bongiorno D, Indelicato S, Massenti R, Bianco RL. Quantitative evaluation of the phenolic profile in fruits of six avocado (*Persea americana*) cultivars by ultra-high-performance liquid chromatography-heated electrospray-mass spectrometry. *International Journal of Food Properties*. 2017;20(6):1302–12.
- Fulgoni VL 3rd, Dreher M, Davenport AJ. Avocado consumption is associated with better diet quality and nutrient intake, and lower metabolic syndrome risk in US adults: results from the National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES) 2001-2008. *Nutr J*. 2013;12:1.
- Galvao M de S, Nunes ML, Constant PBL, Narain N, Galvao M de S, Nunes ML, et al. Identification of volatile compounds in cultivars barker, collinson, fortuna and geadá of avocado (*Persea americana*, Mill.) fruit. *Food Science and Technology*. 2016;36(3): 439–47.
- Guzmán-Rodríguez JJ, López-Gómez R, Suárez-Rodríguez LM, Salgado-Garciglia R, Rodríguez-Zapata LC, Ochoa-Zarzosa A, López-Meza JE. Antibacterial activity of defensin PaDef from avocado fruit (*Persea americana* var. *drymifolia*) expressed in endothelial cells against *Escherichia coli* and *Staphylococcus aureus*. *Biomed Res Int*. 2013;2013:986273.
- Lerma-García MJ, Ramis-Ramos G, Herrero-Martínez JM, Simó-Alfonso EF. Classification of vegetable oils according to their botanical origin using amino acid profiles established by direct infusion mass spectrometry. *Rapid Commun Mass Spectrom*. 2007;21(22):3751–5.
- Neveu V, Perez-Jiménez J, Vos F, Crespy V, du Chaffaut L, Mennen L, Knox C, Eisner R, Cruz J, Wishart D, Scalbert A. (2010) Phenol-Explorer: an online comprehensive database on polyphenol contents in foods. Database, doi: 10.1093/database/bap024. Full text (free access)
- Règlement (CE) N° 1924/2006 du Parlement européen et du Conseil du 20 décembre 2006 concernant les allégations nutritionnelles et de santé portant sur les denrées alimentaires.
- Règlement (UE) N°432/2012 de la Commission du 16 mai 2012 établissant une liste des allégations de santé autorisées portant sur les denrées alimentaires, autres que celles faisant référence à la réduction du risque de maladie ainsi qu'au développement et à la santé infantiles.
- Règlement (UE) n°1169/2011 du Parlement européen et du Conseil du 25 octobre 2011 concernant l'information des consommateurs sur les denrées alimentaires, modifiant les règlements (CE) n°1924/2006 et (CE) n°1925/2006 du Parlement européen et de Conseil et abrogeant la directive 87/250/CEE de la Commission, la directive 90/496/CEE du Conseil, la directive 1999/10/CE de la Commission, la directive 200/13/CE du Parlement européen et du Conseil, les directives 2002/67/CE et 2008/5/CE de la Commission et le règlement (CE) n°608/2004 de la Commission.